

2026 臺南市私立至美幼兒園 1 月份營養餐點表本園採用國產豬肉



日期	早點 (8:30)	午 餐 (11:20)	午點 (15:00)
1/2(五)	雞茸香菇粥	打拋豬飯〈絞肉, 洋蔥, 蕃茄, 九層塔, 魚露, 檸檬汁, 時蔬, 白飯〉黃瓜大骨湯	綠豆麥片
1/5(一)	肉鬆地瓜粥	火腿蛋炒飯〈肉絲, 火腿, 洋蔥, 雞蛋, 三色豆, 高麗菜, 白飯〉香菇雞湯	珍珠豆花
1/6(二)	雞蛋饅頭 牛奶	紅醬義大利麵〈絞肉, 洋蔥, 蕃茄, 三色豆, 蕃茄醬, 白麵〉紫菜蛋花湯	小肉包 決明茶
1/7(三)	什錦蔬菜麵	營養午餐〈絞肉, 四角豆腐, 香腸, 炒高麗菜, 糙米飯〉當歸素羊肉湯	雞蛋吐司 麥茶
1/8(四)	吐司牛奶	食蔬湯麵〈肉片, 雞蛋, 葷火鍋料, 香菇, 紅蘿蔔, 木耳絲, 高麗菜, 白麵〉	什錦冬粉
1/9(五)	玉米翡翠粥	蔥爆雞丁飯〈雞丁, 蔥, 高麗菜, 白飯〉菇菇湯	紅豆餅 冬瓜茶
1/12(一)	黑糖饅頭 牛奶	雞肉咖哩燴飯〈雞肉, 洋蔥, 馬鈴薯, 白蘿蔔, 紅蘿蔔, 白飯〉	黃金綠豆湯
1/13(二)	香菇蛋麵線	鍋燒意麵〈肉片, 海鮮料, 雞蛋, 高麗菜, 意麵〉	關東煮
1/14(三)	火腿玉米濃湯	營養午餐〈肉燥, 豆干, 糖醋雞丁, 炒茼蒿菜, 糙米飯〉味噌豆腐湯	紅豆麥片
1/15(四)	雞蛋土司 現泡牛奶	酸辣水餃湯〈水餃, 木耳絲, 筍絲, 紅蘿蔔絲, 雞蛋〉	翡翠豆腐 雞蛋羹
1/16(五)	清粥小菜	什錦炒麵〈肉絲, 木耳, 香菇, 紅蘿蔔, 高麗菜, 白麵〉蘿蔔湯	沙琪瑪麥茶
1/19(一)	牛奶饅頭牛奶	肉絲蛋炒飯〈肉絲, 高麗菜, 洋蔥, 蛋, 三色豆, 白飯〉玉米蛋花湯	蔬菜粥
1/20(二)	滑蛋玉米粥	南瓜炒麵〈肉絲, 南瓜, 木耳, 香菇, 紅蘿蔔, 高麗菜, 白麵〉芹香魚丸湯	綠豆粉角
1/21(三)	蔬菜意麵	營養午餐〈肉燥, 豆干丁, 滷蛋, 青江菜, 糙米飯〉菇菇湯	玉米濃湯
1/22(四)	芝麻饅頭牛奶	鍋燒意麵〈肉片, 海鮮料, 雞蛋, 高麗菜, 意麵〉	蔬菜蘿蔔糕
1/23(五)	滑蛋香菇粥	火腿肉絲蛋炒飯〈肉絲, 火腿, 雞蛋, 紅蘿蔔, 高麗菜, 白飯〉冬瓜湯	雞蛋糕麥茶
1/26(一)	肉末瓠瓜粥	雞肉咖哩燴飯〈肉絲, 火腿, 雞蛋, 紅蘿蔔, 高麗菜, 白飯〉	關東煮
1/27(二)	牛奶饅頭 牛奶	府城打魯麵〈肉羹, 高麗菜, 雞蛋, 胡蘿蔔, 筍絲, 金針菇, 白麵〉	青菜餛飩湯
1/28(三)	枸杞蛋麵線	營養午餐〈絞肉, 油豆腐, 雞塊, 豆包炒山東白菜, 糙米飯〉海帶芽湯	奶皇包 冬瓜茶
1/29(四)	吐司牛奶	榨菜肉絲湯麵〈肉絲, 榨菜, 高麗菜, 金針菇, 紅蘿蔔, 白麵〉	蘇打餅乾 麥茶
1/30(五)	什錦冬粉	香菇肉羹飯〈肉絲, 肉羹, 雞蛋, 高麗菜, 香菇, 紅蘿蔔, 白飯〉	綜合粉圓

1. 每日供應餐點均當日現製，烹調方式為確保孩童健康，採少油、少鹽、少糖料理。
2. 選購餐後水果，當季蘋果、香蕉、芭樂、西瓜、鳳梨、小番茄輪流替換。