



臺北市大安區建安國小附設幼兒園 104 學年度元月份餐點表



日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
1/1	五	歡慶元旦 放假一天		
1/4	一	清粥小菜	蕃茄肉醬義大利麵 花椰菜 玉米濃湯	芋泥包 枸杞茶
1/5	二	花生奶油麵包 鮮奶	咕咾雞丁 香蒜菠菜 大頭菜排骨湯	芝麻甜湯圓
1/6	三	蒜頭雞湯冬粉	夏威夷炒飯 鮮菇炒木耳 山藥排骨湯	黑糖饅頭 紅棗茶
1/7	四	皮蛋瘦肉粥	肉絲炒麵 蠔油芥藍 味噌海芽湯	綠豆地瓜湯
1/8	五	關東煮	咖哩雞燴飯 清炒大陸妹 番茄蔬菜湯	青蔥麵包 豆漿
1/11	一	貢丸湯麵	清蒸鱈魚 蒜香高麗菜 苦瓜排骨湯	筍香包 味增湯
1/12	二	大理石麵包 優酪乳	玉米筍燴雞片 高麗菜 薏仁排骨湯	芋頭西米露
1/13	三	小白菜雞絲麵	照燒雞 清炒高麗菜 芹菜魚丸湯	雙色饅頭 決明子茶
1/14	四	鹹粥	三鮮炒麵 地瓜葉 酸辣湯	玉米麵包 米漿
1/15	五	生日蛋糕 鮮奶	期末自助餐會	茶葉蛋 紫菜湯
1/18	一	烏龍湯麵	割包 貢丸蘿蔔排骨湯	香甜玉米
1/19	二	蘿蔔糕湯	糖醋排骨 龍鬚菜 福州丸湯	肉鬆蔥捲 豆漿
1/20	三	結業式-美味餐盒		



*飯類均採用三好燕麥、糙米、胚芽米混合搭配食用。

*每日餐點皆採購當季新鮮食材，午餐均附水果，如因應市場供需或特殊狀況而調整餐點，恕不再另行通知，敬請見諒！

*每日餐點調製以黃金比例 3（五穀根莖）：2（蔬果）：1（豆蛋魚肉）為原則。

*以上餐點若因幼兒進食會有過敏現象或因其他因素不能食用，請告知班級導師，以另做調整安排。



～建安附幼與您一同關心寶貝的健康～