

臺北市大安區建安國民小學附設幼兒園 111 學年度 2 月份菜單

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
2/13	一	果醬吐司 豆漿	匈牙利燉肉 客家小炒 蘿蔔佃煮 養生雞湯	鮮奶饅頭 紅棗茶
2/14	二	什錦穀片 鮮奶	醬爆雞丁 番茄炒蛋 針菇花椰菜 蘿蔔排骨湯	南瓜栗子粥
2/15	三	蔬菜冬粉湯	脆皮雞翅 豆干肉燥 蝦香高麗 豆芽肉絲湯	關東煮
2/16	四	清粥小菜	蜜汁豬排 香Q滷蛋 清炒白菜 綠豆地瓜湯	蘿蔔糕 酸梅湯
2/17	五	榨菜肉絲麵	三杯雞 肉香豆腐 雙色洋芋 珍菇什錦湯	紫米紅豆湯
2/18	六	芝麻包 牛蒡茶	洋蔥豬柳 糖醋魚 芝麻海根 玉米蛋花湯	紅莓雜糧吐司 鮮奶
2/20	一	莓果餐包 鮮奶	咖哩雞 蒸蛋 木耳炒高麗 海帶芽味噌湯	味噌拉麵
2/21	二	玉米湯餃	紅燒豬排 豆干滷海結 紅絲豆芽 紅豆麥片湯	蔬菜烏龍麵
2/22	三	馬來糕 麥茶	日式燒肉 凍腐關東煮 蝦香季豆 鮮瓜雞湯	小米薏仁粥
2/23	四	鮮肉包 枸杞茶	白醬奶香菇雞 花枝丸 海帶三絲 蕃茄蛋花湯	雞絲麵
2/24	五	生日蛋糕 鮮奶	紅燒滷肉 香酥魚條 彩繪花椰 巧達濃湯	起士羅勒麵包 燕麥奶

健康飲食，快樂上學



*本園一律使用國產豬肉。

*飯類均採用十錦珍穀、糙米、胚芽米、藜麥、黑米混合搭配食用。

*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(如:甲殼類、芒果、花生、牛奶羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類、使用硫酸類等及其製品)，請告知班級導師，以另做調整安排。

*鮮奶豆漿等飲品，皆會稍微退冰再讓幼兒飲用；若室溫低於 25 度時，則會加熱後給予幼兒飲用。



~建安附幼與您一同關心寶貝的健康~