

115 年 1-2 月份 桃園市楊梅區瑞原國小附設幼兒園菜單

日期	星期	主食	副食	湯品	餐點	上午點心	下午點心				
1/1	四	元旦									
1/2	五	紅藜麥飯 白米, 紅藜麥	香酥魚排 魚排	炸	菜脯炒蛋 菜脯, 蛋, 青蔥	炒	有機蔬菜	金針肉絲湯 金針菇, 肉絲		油腐細粉	金絲捲加鮮奶
1/5	一	香Q白飯 白飯	油腐雞丁 雞丁, 油豆腐, 紅蘿蔔	煮	家常豆腐 豆腐, 脆筍片, 大白菜	煮	產履青菜	蕃茄蛋花湯 番茄, 蛋		南瓜雞茸蔬菜湯 加水果	蔬菜歐姆蛋
1/6	二	糙米飯 糙米, 白米	筍香燒肉 肉丁, 乾筍干	燒	日式大根燒 蘿蔔, 黑輪, 柴魚片	煮	有機蔬菜	銀耳蓮子湯 白木耳, 雪蓮子, 紅棗, 二砂	水果	鮮魚燴飯	蘿蔔排骨湯
1/7	三	炒米苔目 米苔目, 綠豆芽, 韭菜, 肉絲		炒	三杯雞丁 雞丁, 豬血糕, 菇	燒	產履青菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜, 薑絲		菜包加豆漿 加水果	冰糖滷味 加優酪乳
1/8	四	紫米飯 紫米, 白米	糖醋魚丁 魚丁, 時蔬	炸	起司馬鈴薯 馬鈴薯, 起司, 時蔬	炒	有機蔬菜	豆漿 黃豆, 二砂		慶生蛋糕加麥茶 加水果	綠豆燕麥湯
1/9	五	糙米飯 白米, 糙米	家香肉燥 絞肉, 碎豆干, 洋蔥	煮	菇菇蒸蛋 時節菇, 洗選蛋	蒸	有機蔬菜	蔬菜味噌湯 時蔬, 味噌		大滷麵加水果	紅豆吐司加鮮奶
1/12	一	香Q白飯 白飯	地瓜燒雞 雞丁, 地瓜	燒	醬燒芽菜 黃豆芽, 韭菜, 紅蘿蔔	燒	產履青菜	蓮藕養生湯 蓮藕, 紅棗		玉米排骨湯 加水果	蔬菜蛋餅
1/13	二	糙米飯 糙米, 白米	沙茶肉絲 肉絲, 洋蔥, 沙茶	炒	培根高麗 高麗菜, 培根, 紅蘿蔔	炒	有機蔬菜	結頭排骨湯 結頭菜, 龍骨丁	水果	奶香魚燴飯	菇菇雞湯

1/14	三	金瓜米粉 米粉. 絞肉. 南瓜. 高麗菜. 香菇. 蝦皮		炒	京都排骨 肉丁. 排骨丁. 時蔬. 洋蔥	燒	產履 青菜	紫菜蛋花湯 紫菜. 洗選蛋		饅頭夾蛋 加水果	馬鈴薯溫沙拉 加優酪乳
1/15	四	小米飯 白米. 小米	咖哩魚丁 魚丁. 馬鈴薯. 紅蘿蔔	煮	蕃茄炒蛋 蕃茄. 蛋	炒	有機 蔬菜	豆漿 黃豆. 二砂		珍珠丸 加水果	紅豆薏仁湯
1/16	五	糙米飯 白米. 糙米	麻油雞 雞丁. 杏鮑菇. 凍豆腐	煮	白菜滷 大白菜. 紅蘿蔔. 香菇	滷	有機 蔬菜	玉米濃湯 玉米粒. 馬鈴薯. 紅蘿蔔. 洗選蛋		蕃茄彎管麵 加水果	果醬吐司加鮮奶
1/19	一	香Q白飯 白飯	栗子燒雞 雞丁. 栗子	燒	魚香豆腐煲 豆腐. 絞肉	燴	產履 青菜	大瓜丸片湯 大黃瓜. 魚丸		蓮藕雞湯 加水果	蔬食大阪燒
1/20	二	糙米飯 糙米. 白米	蘿蔔燉肉 肉丁. 蘿蔔	燉	蔥燒甜不辣 甜不辣. 洋蔥	燒	有機 蔬菜	黑糖地瓜QQ湯 黑糖. QQ圓. 地瓜	水果	海鮮粥	蕃茄豆腐湯
1/21	三	白醬義大利麵 義大利麵. 絞肉. 時蔬. 奶油		煮	香滷雞腿 雞腿	滷	產履 青菜	海苔蛋花湯 燒海苔. 蛋	豆 奶	地瓜煎餅 加水果	紫米西米露
1/22	四	五穀飯 五穀米. 白米	壽喜燒魚丁 魚丁. 高麗菜. 洋蔥	燒	雞蓉毛豆玉米 絞肉. 玉米粒. 毛豆仁. 馬鈴薯. 紅蘿蔔	炒	有機 蔬菜	豆漿 黃豆. 二砂		杯子蛋糕 加鮮奶	蔬食拼盤 加優酪乳
1/23	五	糙米飯 白米. 糙米	三杯黑干 大溪黑干. 杏鮑菇. 紅蘿蔔	炒	什錦蒸蛋 菇. 紅蘿蔔. 玉米粒. 蛋	蒸	有機 蔬菜	玉米濃湯 玉米粒. 馬鈴薯. 紅蘿蔔. 洗選蛋	乳 品	草莓夾心麵包 加水果	玉米脆片加鮮奶
2/23	一	香Q白飯 白飯	蒜香奶油燉肉 肉片. 奶油. 時蔬	燉	清炒花椰 青花菜. 紅蘿蔔	炒	產履 青菜	好彩頭湯 白蘿蔔. 紅蘿蔔. 龍骨丁		瓜瓜肉片湯	蔬菜煎餅
2/24	二	糙米飯 糙米. 白米	京醬燒雞 雞丁. 時蔬. 甜麵醬. 豆瓣醬	燒	年年如意 年糕. 時蔬. 紅蘿蔔	炒	有機 蔬菜	豚味羅宋湯 肉片. 蕃茄. 馬鈴薯. 時蔬	水果	鮮魚肉燥飯	紫菜蛋花丸片湯

2/25	三	咖哩烏龍麵 烏龍麵. 馬鈴薯. 紅蘿蔔. 玉米粒. 肉 絲		炒	香酥魚排 魚排	炸	產履 青菜	豆腐味噌湯 豆腐. 味噌		湯包加水果	義式南瓜 加優酪乳
2/26	四	糙米飯 糙米. 白米	蠔油雞丁 豬腳丁. 肉丁. 花生	煮	海芽炒蛋 海帶芽. 蛋	炒	有機 蔬菜	豆漿 黃豆. 二砂		慶生蛋糕 加麥茶加水果	全麥土司加鮮奶
2/27	五	補假									