



財團法人天主教伯利恆文教基金會 附設 臺南市私立慈母非營利幼兒園

105年2月份餐點

(設計者：曾麟琇營養師)

日期	星期	早點	午餐	午點	熱量卡
1	一	麵包 牛奶	乾麵 炒青菜 滷味 芋頭排骨湯 季節水果	水餃 果汁	923
2	二	蔥油餅 豆漿	白飯 紅燒魚 蔥燻豆腐 時令蔬菜 玉米大骨湯	高麗粉絲雲吞湯	931
3	三	慶生會(蛋糕 水果 飲料)	蝦仁滑蛋燴飯 時令蔬菜 香菇雞湯 季節水果	餐包 阿華田	949
4	四	蚵仔麵線	海島香鬆飯 馬鈴薯紅K肉燥 洋蔥炒蛋 時令蔬菜 冬瓜大骨湯	地瓜綠豆湯	932
5	五	吐司 果汁	什錦炒飯 滷油豆腐 炒青菜 味噌豆腐小魚湯 季節水果	八寶粥	926
15	一	脆片 牛奶	蕃茄肉絲炒飯 蒜香高麗 青菜豆腐湯 時令水果	芋頭包 蔬果汁	930
16	二	吐司 優酪乳	芝麻飯 蜜汁翅小腿 沙茶燴三菇 時令蔬菜 白蘿蔔大骨湯	布丁	921
17	三	鴨肉冬粉	皮蛋瘦肉粥 鑫鑫腸 炒青菜 時令水果	黑糖糕 柚子茶	928
18	四	煎蘿蔔糕 薏仁漿	白飯 清蒸魚 青椒炒肉絲 時令蔬菜 玉米大骨湯	花生豆花	934
19	五	麵包 牛奶	三鮮炒麵 蝦捲 黃瓜魚丸湯 季節水果	水煎包 菜頭湯	946
22	一	地瓜粥 香菇肉燥	醬多佛特蒙咖哩雞飯 炒雙色花椰菜 南瓜濃湯 季節水果	布丁	935
23	二	銀絲卷 豆漿	海島香鬆飯 糖醋排骨 洋蔥炒蛋 時令蔬菜 山藥排骨湯	刈包 決明子茶	932
24	三	香蒜麵包 牛奶	金瓜肉絲炒麵 開陽白菜 紫菜吻魚蛋花湯 季節水果	肉羹米粉	934
25	四	蔥油餅 穀奶	白飯 紅燒魚 香煎豆腐 時令蔬菜 海帶大骨湯	紅豆薏仁湯	956
26	五	小籠包 豆漿	火腿蛋炒飯 蝦捲 鮮菇蔬菜湯 時令水果	蘿蔔關東煮	938