

# 屏榮托嬰中心 114 學期第 1 學期餐點食譜

## 1 月份菜單

日期	星期	6~12 個月	1 歲~2 歲		
		午 餐	早 點	午 餐	午 點
1/1	四	放假不供餐	放假不供餐	放假不供餐	放假不供餐
1/2	五	時蔬豬肉粥	蘿蔔糕 豆漿	肉絲、四色豆、高麗菜、 魚、雞蛋飯湯 時令水果	蘇打餅
1/5	一	南瓜粥	蔥花餅 豆漿	鮭魚、高麗菜、四色豆、 雞蛋麵 時令水果	小米粥
1/6	二	時蔬雞肉粥	鮮奶吐司 豆漿	燕麥飯 洋蔥雞丁 豬肉四季豆 季節時蔬 金針雞肉湯 時令水果	水煮蛋
1/7	三	時蔬排骨粥	虎皮蛋糕 豆漿	白飯 魚片 豆薯雞蛋 黃瓜高麗菜 鮮菇排骨 時令水果	綠豆湯
1/8	四	時蔬豆腐粥	全穀麵包 豆漿	糙米飯 豬肉 芹菜三絲 季節時蔬 海帶豆腐湯 時令水果	南瓜湯
1/9	五	鮭魚粥	地瓜粥 蔥花蛋	鮭魚飯 青菜豆腐湯 時令水果	薏仁湯
1/12	一	冬瓜時蔬粥	高麗菜豬肉水餃 豆漿	高麗菜、四色豆、雞蛋、 豬肉、鮮蝦麵 雙拼花椰菜 冬瓜文蛤湯 時令水果	紅豆湯
1/13	二	雞肉時蔬粥	白吐司 豆漿	白飯 雞腿 時蔬雞蛋 季節時蔬 香菇鳳梨雞湯 時令水果	玉米湯

1/14	三	時蔬木耳豬肉絲粥	古早味原味蛋糕 鮮奶	五穀飯 鮮菇木耳豬肉絲 豆腐 季節時蔬 蘿蔔玉米湯 時令水果	蒸地瓜
1/15	四	時蔬蘿蔔玉米粥	全麥麵包 豆漿	地瓜飯 魚片 雙色花菜 季節時蔬 蔬菜湯 時令水果	糯米粥
1/16	五	時蔬豬肉粥	黑糖饅頭 豆漿	高麗菜、四色豆、雞蛋、 豬肉、雞蛋飯 海帶排骨湯 時令水果	花豆薏仁湯
1/19	一	時蔬鮮魚粥	芋頭饅頭 豆漿	豆芽菜、雞蛋、豬肉、文 蛤河粉 雞蛋 時令水果	芋頭湯
1/20	二	時蔬排骨粥	白吐司 豆漿	五穀飯 蘿蔔豬肉 鮮菇甜豆 季節時蔬 蓮藕排骨湯 時令水果	米苔目湯
1/21	三	時蔬鮮菇粥	鮮奶吐司 豆漿	白飯 香菇肉燥 雞蛋 魚鬆 玉筍鮮菇湯 時令水果	綠豆湯
1/22	四	紅藜時蔬粥	全麥吐司 鮮奶	紅藜飯 雞腿 大白菜 季節時蔬 魚片湯 時令水果	紅豆薏仁湯
1/23	五	時蔬排骨粥	黑糖饅頭 豆漿	高麗菜、四色豆、雞蛋、 豬肉飯 蘿蔔排骨湯 時令水果	小米綠豆粥
1/26	一	玉米時蔬粥	韭菜豬肉包 豆漿	玉米波菜雞蛋飯 冬瓜排骨湯 時令水果	薏仁愛玉湯

1/27	二	吻仔魚時蔬粥	蕎麥吐司 豆漿	白飯 白肉片 番茄雞蛋 季節時蔬 吻仔魚莧菜湯 時令水果	手工豆花
1/28	三	時蔬雞肉粥	鮮奶麵包 鮮奶	豬肉高麗菜 豬肉韭菜 豬肉玉米水餃 香菇雞湯 時令水果	蘿蔔糕湯
1/29	四	鮮魚粥	燕麥吐司 豆漿	糙米飯 鮮魚 木耳蘑菇四季豆 季節時蔬 大黃瓜排骨湯 時令水果	愛玉仙草雙拼
1/30	五	大掃除停托	大掃除停托	大掃除停托	大掃除停托

1. 餐點表內容有時會因蔬菜時令及節慶可能做更改菜單。
2. 每日食材皆當日烹煮與採購，確保幼兒食用上之安全性。
3. 園內一律使用國產豬肉及食材。