

財團法人國家衛生研究院附設苗栗縣私立幼兒園107年01月份菜單



廚工：陳傳國

日期	週	早點心			午餐						午點心	
		主食	副食	副食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯	水果	主食	副食
1/1	一	元旦										
1/2	二	芙蓉蔬菜粥	滷油豆腐	青菜	夏威夷炒飯	脆瓜玉米	蔬香豆干	青菜	青菜蛋花湯	水果	油蔥河粉湯	
1/3	三	奶黃包	米漿		養生飯+京醬燒肉	季豆香豉	沙茶冬粉	青菜	香菇雞湯	水果	油飯	蛋花湯
1/4	四	抓餅	米漿		香烤雞腿	沙茶素雞	瓜仔肉	青菜	朴菜筍片湯	水果	小銀絲卷	麥片甜湯
1/5	五	糙米飯糰	豆漿		金菇豬柳	枸杞冬瓜	油燜筍干	青菜	榨菜素茸湯	水果	綜合甜湯圓	
1/8	一	蛋餅	豆漿		照燒滷肉	醬燒甜不辣	西芹肉絲	青菜	雙色蘿蔔湯	水果	白珍珠	味噌豆腐湯
1/9	二	蔬菜蛋吐司	鮮奶		清蒸魚	紹子豆腐	爆蒜南瓜	青菜	大瓜丸片湯	水果	魚丸細粉湯	
1/10	三	銀魚翡翠粥	肉鬆	青菜	雞柳炒烏龍麵	三杯素肚	枸杞蒸蛋	青菜	紫菜湯	水果	葡萄乾吐司	地瓜西米露
1/11	四	高麗菜包	豆漿		蔥爆肉片	海帶百頁	小瓜杏菇	青菜	冬菜粉絲湯	水果	茶葉蛋	紅豆QQ
1/12	五	薯泥大亨堡	阿華田		油蔥雞絲飯	鮮菇玉米	黃金薯條	青菜	蔬菜蛋花湯	水果	關東煮	
1/15	一	河粉蛋餅	米漿		瓜仔肉排	咖哩洋芋	枸杞花椰	青菜	四神湯	水果	蔥油派	冬瓜茶
1/16	二	法式吐司	豆漿		蜜汁烤雞腿	紅燒冬瓜	螞蟻上樹	青菜	玉米蛋花湯	水果	烤地瓜	鳳梨西米露
1/17	三	蒸餃	米漿		養生飯+筍干滷肉	花生麵筋	刺瓜丸片	青菜	紫菜豆腐湯	水果	黑糖捲	雙豆粉條湯
1/18	四	竹筍肉末粥	蔬菜煎蛋	青菜	紅燒雞肉	紅蘿蔔炒蛋	京醬豆腸	青菜	朴香筍絲湯	水果	肉羹麵線	
1/19	五	蘿蔔糕	豆漿		台式炒麵	清蒸魚片	香酥龍鳳腿	青菜	銀蘿貢丸湯	水果	韭菜盒	營養麥片
1/22	一	起司蛋餅	豆漿		香滷雞腿	翠瓜炒菇	蘿葡麵輪	青菜	味噌豆腐湯	水果	紅豆紫米粥	
1/23	二	花生吐司	牛奶		木耳燒肉	魚香豆腐	咖哩白花	青菜	玉米濃湯	水果	餛飩麵湯	
1/24	三	蔥抓餅	豆漿		養生飯+香酥蝦排	蘿葡炒蛋	青花菇菇	青菜	薑絲冬瓜湯	水果	鮮肉包	綠豆沙珍珠湯
1/25	四	刈包夾蛋	米漿		肉絲炒飯	三杯素肚	肉醬洋芋	青菜	竹筍大骨湯	水果	鹹蘿葡糕湯	
1/26	五	糙米粥	蔥炒蛋	青菜	水餃	蕃茄玉菜	紅棗地瓜	青菜	蘿葡湯	水果	壽司	味噌湯
1/29	一	小籠包	豆漿		蔥爆肉絲	什錦炒蛋	毛豆干丁	青菜	冬菜粉絲湯	水果	珍珠丸	冬瓜QQ
1/30	二	蛋餅	米漿		養生飯+蒸魚片	培根三色	沙茶海根	青菜	味噌海芽湯	水果	關東煮	
1/31	三	南瓜豬肉粥	紅燒麵輪	青菜	義大利肉醬麵	蒸蛋	照燒甜不辣條	青菜	三絲湯	水果	甜甜圈	枸杞紅棗茶