

臺中市清水區吳厝國小附設幼兒園 114年 2月份菜單總表

【使用台灣豬肉】

日期	早點		午餐					午點		營養分析			
	主食		主食	主菜	副菜	青菜	湯品	主食		熱量	碳水化合物	脂肪	蛋白質
2月3日 星期一													
2月4日 星期二													
2月5日 星期三													
2月6日 星期四													
2月7日 星期五													
2月10日 星期一													
2月11日 星期二	芋頭鹹粥		胚芽飯	蒜香雞翅	五香醬滷味	時蔬	豆薯蛋花湯	青菜魚丸湯	水果	776.5	109.5	22.5	29.5
2月12日 星期三	慶生蛋糕	鮮奶	主食變化	日式咖哩炒麵	鐵板豬排	時蔬	綠豆薏仁湯	水餃	水果	850.5	115	27	32.7
2月13日 星期四	小籠湯包	豆漿	蕎麥飯	塔香雞丁	雜菜粉絲	時蔬	薑絲冬瓜湯	香菇雞湯	水果	801.5	110.5	23.5	32.3
2月14日 星期五	玉米脆片	鮮奶	糙米飯	味噌燒肉	鐵板銀芽	時蔬	白玉豆皮湯	雞蛋布丁	水果	842.5	115.5	25.5	33.5
2月17日 星期一	三絲豆腐羹		小米飯	古早味肉燥	番茄炒蛋	時蔬	海芽蛋花湯	薑絲魚片湯	水果	794	112	22.5	31.2
2月18日 星期二	油腐冬粉湯		多穀飯	親子雞肉丼	客家小炒	時蔬	餛飩湯	麥克雞塊	水果	768	107.5	23	28.4
2月19日 星期三	玉米瘦肉粥		主食變化	白醬菇菇義大利麵	香酥魚排	時蔬	玉米濃湯	小饅頭	水果	765	109	21.5	29.4
2月20日 星期四	馬拉糕	鮮奶	紅藜麥飯	芝麻燒肉	西芹鮮燴	時蔬	鮮蔬菇菇湯	燒賣	水果	862.5	113.5	27.5	35.9
2月21日 星期五	小餐包	鮮奶	胚芽飯	三杯雞	白菜什錦	時蔬	洋芋排骨湯	黃金蘿蔔糕	水果	857.5	115.5	26.5	34.9
2月24日 星期一	奶香通心粉		麥片飯	壽喜燒肉	黃瓜鮮燴	時蔬	味噌豆腐湯	關東煮	水果	794	112	22.5	31.2
2月25日 星期二	肉燥湯麵		糙米飯	麻油雞	什錦雙花	時蔬	結頭菜湯	肉羹湯	水果	776.5	109.5	22.5	29.5
2月26日 星期三	香菇瘦肉粥		主食變化	麵線糊	洋蔥肉片	時蔬	刈包	冰心地瓜+麥茶	水果	775.5	109	23	28.7
2月27日 星期四	豆沙包	鮮奶	燕麥飯	蒜泥白肉	螞蟻上樹	時蔬	番茄洋芹湯	鍋貼	水果	876.5	116.5	27.5	36.3
2月28日 星期五	228放假												

★本餐點表使用食材含有甲殼類、魚類、芒果、堅果類、花生、牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，如有對其過敏者請留意食用。

