

2025



中鋼幼兒園

2 月份

餐點計劃表



日期	早上點心	午餐 + 水果	下午點心
2/3(一)	黑糖小饅頭+牛奶	茄汁蝦仁炒飯+黃金蔬菜湯+芭樂	玉米瘦肉粥
2/4(二)	菠菜餛飩湯	小米飯+豆芽燒肉片+A菜+大頭菜黑輪湯+橘子	紅豆湯圓
2/5(三)	玉米鮭魚吐司+米漿	水餃+什蔬豆腐蛋花湯+香蕉	蒸地瓜+決明子茶
2/6(四)	蛋香雞絲麵	藜麥飯+豉汁排骨+甜菠菜+薑絲鱸魚湯+小番茄	雪梨銀耳湯
2/7(五)	藍莓麵包+無糖麥茶	地瓜飯+照燒翹腿+小白菜+玉米蘿蔔排骨湯+柳丁	起司餅乾+薏仁漿
2/8(六)	燒賣+蔬菜湯	白飯+酥炸旗魚塊+番茄炒蛋+洋蔥豆芽味噌湯+火龍果	銀絲卷+無糖豆漿
2/10(一)	蔬菜麵線糊	海鮮湯飯+紅蘿蔔菠菜烘蛋+芭樂	義美布丁
2/11(二)	小蒸餃+柴魚湯	胚芽飯+紅燒獅子頭+花椰菜+海菜虱目魚丸湯+蘋果	粉圓豆花
2/12(三)	生日蛋糕-2月慶生	藜麥飯+古早味蒸蛋+青江菜+菇菇養生湯+小番茄	桂圓綠豆蒜
2/13(四)	珍珠丸子+蔬菜湯	客家炒粿條+菌菇燴豆腐+蒜頭蛤蜊雞湯+香蕉	彩蔬鮭魚粥
2/14(五)	地瓜粥+東港魚鬆	白飯+醬燒腿仁+地瓜葉+番茄玉米筍味噌湯+木瓜	茶葉蛋+柴魚湯
2/17(一)	絲瓜麵線	鮭魚蛋炒飯+甜菜根胡蘿蔔洋蔥排骨湯+芭樂	雜糧小饅頭+冬瓜茶
2/18(二)	小餐包+牛奶	白飯+蔥爆豬柳+高麗菜+鯛魚豆腐味噌湯+橘子	古早味蘿蔔糕湯
2/19(三)	白菜餛飩湯	茄汁肉醬義大利麵+什蔬滷鵝蛋+山藥排骨湯+香蕉	起司吐司+薏仁漿
2/20(四)	蛋糕捲+米漿	地瓜飯+香菇瓜仔肉燥+菠菜+四神湯+柳丁	南瓜高麗菜肉絲鹹粥
2/21(五)	蘑菇玉米濃湯	藜麥飯+味噌腿仁+高麗菜+番茄豆芽湯+小番茄	杯子蛋糕+無糖豆漿
2/24(一)	麻香麵線	芋頭肉絲鹹粥+大白菜滷豆皮+芭樂	手作布丁
2/25(二)	玉米片+牛奶	地瓜飯+蒜香檸檬魚片+福山萵苣+養生雞湯+橘子	珍珠丸子+蔬菜湯
2/26(三)	燒賣+紫菜湯	海鮮湯麵+菠菜烘蛋+香蕉	奶油麵包+薏仁漿
2/27(四)	草莓抹醬吐司+米漿	小米飯+洋蔥親子丼+甜菠菜+大頭菜排骨湯+柳丁	毛豆莢+無糖麥茶

備註：

- 一、本園餐點供應國產豬肉(台糖)、桂冠及禎祥食材、中鋼麵包；蔬菜、水果需依市場情況做彈性調整。
- 二、本園餐點蔬果安排以當令為主，餐點依全穀根莖類、豆魚蛋肉類、蔬菜、水果、乳品及油脂，少再製食物的使用，為幼兒飲食安全做最好的把關。
- 三、時蔬及餐點會以市場狀況彈性調整，鋼幼健康成長餐，低油、低糖、長高不長胖。
- 四、一日蔬食(2/12)

