1月餐點表

107學年下學期

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日 期 | 活 力 早 餐 | 午 餐 | 下 午 點 心 |
| 1/2(三) | 香菇雞肉粥 | 香菇蝦米油飯+三色蛋+時令蔬青菜  四神豬肚湯(芭樂) | 綠豆薏仁湯 |
| 1/3(四) | 肉丁豆仔粥 | 海鮮炒意麵+飄香滷味+時令蔬青菜  芹香白蘿蔔虱目魚丸湯(芭樂) | 小飯糰  紫菜湯 |
| 1/4(五) | 葡萄饅頭  豆漿 | 健康小米飯+糖醋肉片+起司南瓜蛋+時令蔬青菜  扁蒲雞骨湯(芭樂) | 菜包  紫菜湯 |
| 1/7(一) | 當歸枸杞麵線 | 五穀雜糧飯+香菇素肉燥+紅燒葫蘆瓜+時令蔬青菜  當歸菇菇湯(柳丁) | 蔬菜羹麵 |
| 1/8(二) | 花生吐司  牛奶 | 高纖麥片飯+花瓜雞腿丁+白菜燴豆腐+時令蔬青菜  冬瓜蛤蜊湯(柳丁) | 肉末魚片粥 |
| 1/9(三) | 蔬菜關廟麵 | 香Q白飯+樹子蒸魚+螞蟻上樹+時令蔬青菜  榨菜肉絲湯(柳丁) | 茶葉蛋  蘿蔔湯 |
| 1/10(四) | 山藥糙米肉末粥 | 麻將乾麵+滷蛋+時令蔬青菜  大白菜雞骨湯(柳丁) | 魚餃細粉 |
| 1/11(五) | 芝麻饅頭  豆漿 | 營養糙米飯+紅糟肉片+大瓜黑輪+時令蔬青菜  蕃茄蔬菜湯(柳丁) | 桂圓臘八粥 |
| 1/14(一) | 雞絲蛋麵 | 小薏仁飯+牛蒡炒豆干+紅燒麵腸+時令蔬青菜  金菇白菜湯(小番茄) | 蔬菜鍋燒意麵 |
| 1/15(二) | 草莓吐司  牛奶 | 營養糙米飯+洋蔥雞柳+飄香滷味+時令蔬青菜  虱目魚骨湯(小番茄) | 紅豆薏仁湯 |
| 1/16(三) | 皮蛋瘦肉粥 | 香Q白米飯+鹹蛋蒸肉+白菜豆腐羹+時令蔬青菜  翡翠蛋花湯(小番茄) | 茄汁通心麵 |
| 1/17(四) | 粿仔條 | 海鮮燴飯+小熱狗+雙拼時蔬  丁香海芽湯(小番茄) | 地瓜綠豆湯 |
| 1/18(五) | 紅豆饅頭  豆漿 | 營養糙米飯+檸檬蒸魚+鐵板豆腐+時令蔬青菜  金針雞骨湯(小番茄) | 香椿煎餅  麥茶 |
| 1/19(六) | 香菇鹹粥 | 三鮮炒油麵+滷蛋+時令蔬青菜  筍絲魚羹湯(小番茄) | 小熱狗  玉米濃湯 |
| 1/21(一) | 油豆腐細粉 | 營養糙米飯+蔬菜悶豆腐+咖哩洋芋+時令蔬青菜  紫菜蛋花湯(橘子) | 綠豆麥片粥 |
| 1/22(二) | 蘋果麵包  牛奶 | 五穀雜糧飯+紅燒獅子頭+炒菜脯蛋+時令蔬青菜  酸辣湯(橘子) | 香菇麵線羹 |
| 1/23(三) | 清粥  海苔素鬆 | 營養糙米飯+洋菇歐姆蛋+筍干東坡肉+時令蔬青菜  四神豬肚湯(橘子) | 八寶麵 |
| 1/24(四) | 蘿蔔糕湯 | 咖哩烏龍湯麵+魯甜不辣+時令蔬青菜(橘子) | 紅豆燕麥粥 |
| 1/25(五) | 蔥花饅頭  豆漿 | 高纖麥片飯+麻油雞丁+蕃茄燒豆腐+時令蔬青菜  海帶結大骨湯(橘子) | 小波蘿麵包  枸杞茶 |
| 1/28(一) | 蔬菜鹹粥 | 香樁炒飯+紅蘿蔔炒蛋+時令蔬青菜  C:\Users\201605A\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\ct06073-3552-25-AA1.jpg海帶芽味噌湯(芭樂) | 麻油麵線 |
| 1/29(二) | 三明治  牛奶 | 歲末大圍爐(芭樂) | 糙米海鮮粥 |
| 1/30(三) | 絲瓜麵線 | 香Q白米飯+壽喜燒肉片+麻婆豆腐+時令蔬青菜  蘿蔔大骨湯(芭樂) | 關東煮 |
| 1/31(四) | 什錦麵疙瘩 | 金瓜炒米粉＋薯條＋時令蔬青菜  金針雞骨湯(芭樂) | 紫米桂圓粥 |

備註：★每天提供當季水果