

臺北市信義區信義國小附幼109年1月份菜單

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	全穀雜糧類	油脂與堅果種子類	蔬菜類	乳品	水果	豆魚蛋肉	熱量
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐								
1月2日	四	銀絲卷+米漿	白米飯(有機白米)	砂鍋煮魚	玉米肉蓉	時蔬	結頭菜湯	水果	餛飩蛋花湯	7.8	1.5	1.4	0.0	1.0	2.2	873.5
1月3日	五	蛋糕+鮮奶	糙米飯	蕃茄燉肉	彩蔬洋芋	時蔬	雙色蘿蔔湯	水果	菠蘿麵包*1+豆漿	6.3	2.4	1.1	1.0	1.0	3.1	994
1月6日	一	奶皇包*1+麥茶	白米飯	家常肉燥	鄉村粉絲	時蔬	味噌豆腐湯	水果	紅棗銀耳甜湯	5.7	1.3	1.5	0.0	1.1	2.1	718.5
1月7日	二(特)	茶葉蛋*1+鮮奶	茄汁義大利麵	香雞排		時蔬	南瓜大骨湯	水果	馬鈴薯濃湯	5.0	1.5	1.5	1.3	1.0	3.3	925
1月8日	三	鮮蔬蘿蔔糕	白米飯(有機白米)	壽喜燒肉	塔香海茸	時蔬	枸杞冬瓜湯		水果餐	5.3	1.4	1.8	0.0	1.5	1.9	711.5
1月9日	四	珍珠丸*2+麥茶	麥片飯	樹子魚丁	紅仁炒蛋	時蔬	番茄大骨湯	水果	肉羹麵線羹	6.5	2.4	1.6	0.0	1.0	3.3	910.5
1月10日	五	全麥吐司*1+豆漿	胚芽飯	三杯雞	肉絲銀芽	時蔬	金針花湯	水果	蜂蜜蛋糕+鮮奶	6.5	1.6	1.1	1.0	1.0	3.1	972
1月13日	一(蔬)	原味鬆餅*1+麥茶	小米飯	豆干甜條	番茄炒蛋	時蔬	日式紫菜湯	水果	八寶甜粥	7.7	1.4	1.2	0.0	1.0	1.9	834.5
1月14日	二(特)	吐司+鮮奶	肉絲炒飯	滷豬排		時蔬	四神湯	水果	關東煮	5.9	1.5	1.5	1.0	1.0	1.9	845.5
1月15日	三	水餃*3+味噌金菇湯	白米飯(有機白米)	沙茶煮魚	鮮菇黃瓜	時蔬	酸辣湯		水果餐	5.1	1.4	1.6	0.0	1.5	2.1	707.5
1月16日	四	台灣炸醬麵	糙米飯	咖哩雞	脆炒豆薯	時蔬	鮮瓜大骨湯	水果	麻油麵線湯	7.3	1.7	1.9	0.0	1.0	2.8	905
1月17日	五	葷高麗菜包*1+豆漿	白米飯	蒜泥白肉	家常豆腐	時蔬	玉米蛋花湯	水果	原味小餐包*1+鮮奶	6.6	1.3	1.3	1.0	1.0	3.3	985.5
1月20日	一	黑糖饅頭*1+米漿	麥片飯	香蒜雞丁	家鄉滷味	時蔬	木耳黃芽湯	水果	蘇打餅乾*1+鮮奶	7.7	1.4	1.2	1.0	1.0	1.5	929.5

註:菜單中板豆腐、油豆腐、黑豆干、五香豆干、豆包、蘭花干、百頁豆腐、素雞、豆腸、玉米均為非基因改造食材。

本校中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司