

大武鄉立幼兒園 110學年上學期 1月午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	季節時蔬	湯	水果 (份)	全穀類 (份)	豆魚 肉蛋 (份)	蔬菜 (份)	油脂 堅果 (份)	熱量 (Kcal)	
1月3日	一	燕麥飯	地瓜燒肉	時蔬年糕	季節時蔬	四神湯		5.5	2.6	1.5	3	752.5	
1月4日	二	白米飯	椒鹽魚丁	味噌大根	季節時蔬	肉羹湯		5.2	3.8	1.2	3.6	765.0	
1月5日	三	紅燒豬肉湯麵+滷雞腿+季節時蔬						水果	4	2.4	1.3	3	639.5
1月6日	四	白米飯	醬爆雞丁	蔴瓜絞肉	季節時蔬	黃瓜排骨湯		5.0	2.7	1.7	3.3	749.5	
1月7日	五	白米飯	蘑菇豬柳	醬燒豆腐	季節時蔬	關東煮		5.2	2.8	1.6	3.4	711.0	
1月10日	一	五穀白飯	馬鈴薯燉肉	蔥炒鮮菇	季節時蔬	冬瓜湯		5.2	2.5	1.3	3.0	779.0	
1月11日	二	白米飯	滷雞排	小黃瓜炒黑輪	季節時蔬	味噌豆腐湯		5.0	2.6	1.1	3.5	678.0	
1月12日	三	炒米粉+紅燒豬腳+大滷湯						水果	5.3	2.6	1.8	3.3	759.5
1月13日	四	白米飯	咖哩雞	韓式豆芽	季節時蔬	玉米濃湯		5.2	2.4	1.3	3.0	711.5	
1月14日	五	白米飯	冬瓜悶魚	油腐肉燥	季節時蔬	義式蕃茄湯		5.0	3.3	2.0	3.5	739.0	
1月17日	一	地瓜飯	沙茶肉絲	日式蒸蛋	季節時蔬	蔬菜粉絲湯		5.4	2.6	1.1	3.5	766.0	
1月18日	二	白米飯	麻油雞	豆干肉絲	季節時蔬	蘿蔔糕湯		5.3	2.7	1.6	3.6	781.5	
1月19日	三	炒米苔目+炸春捲+南瓜肉絲湯						水果	4	2.2	1.3	3	672.5

※本餐廳均提供國產豬肉給各校，請安心食用。