

臺北市私立家田幼兒園



餐點明細表



2026年1月

午 餐					點 心	
日	主菜	副菜	青菜	湯品	主食	水果
1	~元旦~					
2	健康蔬食~什蔬炒飯、五香油豆腐、玉米湯				鮮奶饅頭、牛奶	蓮霧
3	~ Weekend ~					
4	~ Weekend ~					
5	簡餐~五香滷豆包、蒸蛋、燉南瓜、大豆菜雞肉湯				蘿蔔糕湯	香蕉
6	玉米粒蒸肉	蔬菜歐姆蛋	蒜香A菜	山藥雞肉湯	芝麻包&奶皇包、牛奶	橘子
7	馬鈴薯燴雞丁	茶碗蒸	蒜香杏鮑菇	皇帝豆排骨湯	海苔芝麻飯糰、牛奶	小番茄
8	豆腐蒸魚片	番茄炒蛋	蒜香高麗菜	豆芽雞肉湯	黑糖饅頭、豆漿	芭樂
9	健康蔬食~什錦炒麵、五香油豆腐、玉米湯				雞絲米粉	蘋果
10	~ Weekend ~					
11	~ Weekend ~					
12	簡餐~五香滷海帶、蒸蛋、蒜味燉南瓜、魚片味噌豆腐湯				綠豆甜粥	香蕉
13	校外教學				地瓜、豆漿	小番茄
14	玉米蒸魚片	胡蘿蔔炒蛋	蒜香高麗菜	木瓜排骨湯	鮭魚粥	柳丁
15	豆腐蒸魚片	玉米炒蛋	蒜香高麗菜	蓮藕排骨湯	奶皇饅頭、紅棗茶	芭樂
16	健康蔬食~什錦炒飯、五香滷蛋、玉米清湯				香蒜麵線	蘋果
17	~ Weekend ~					
18	~ Weekend ~					
19	簡餐~紅燒豆腐、番茄炒蛋、蒜香高麗菜、香菇雞肉菜頭湯				鮭魚粥	葡萄
20	荸薺肉燥	茶碗蒸	蒜香花椰菜	紫菜雞絲湯	芝麻&奶皇包、綠豆湯	小番茄
21	玉米粒蒸魚	洋蔥煎蛋	蒜香萵苣	紫菜雞肉湯	雞肉米粉湯	茂谷柑
22	雞肉蒸豆腐	醬香粉絲煲	蒜香小黃瓜	皇帝豆鮮雞湯	綜合饅頭、豆漿	蓮霧
23	健康蔬食~什錦炒米粉、紅燒豆干、玉米湯				南瓜魚片粥	芭樂
24	~ Weekend ~					
25	~ Weekend ~					
26	簡餐~什錦燴飯、菜頭排骨湯				蘿蔔糕湯	橘子
27	瓜子肉燥	番茄炒蛋	蒜香萵苣	山藥雞肉湯	蒸番薯、豆漿	蘋果
28	豆腐蒸魚	紅蘿蔔炒蛋	蒜香萵苣	皇帝豆雞肉湯	芝麻&奶皇包、牛奶	棗子
29	馬鈴薯雞丁	茶碗蒸	蒜香高麗菜	味噌豆腐湯	蔬菜雞肉粥	香蕉
30	健康蔬食~什錦炒飯、五香滷豆腐、玉米清湯				肉羹麵	蓮霧
31	~ Weekend ~					

※本園一律使用國產豬、雞肉食材

※每日午餐皆有五穀飯、紫米飯、白飯