



# 新北市桃子腳非營利幼兒園（委託財團法人三之三生命教育基金會辦理）02 月份菜單

日期	早 點	水果	午 餐					午 點	餐點類別檢核表			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
2	原味穀片、鮮奶	當季水果	美味水餃、有機蔬菜、蔬菜湯					綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
3	奶皇包、糙米漿	當季水果	糙白米飯	馬鈴薯燉肉	木耳炒鮮菇	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	鍋燒麵	✓	✓	✓	✓
4	鹹奶油餐包、燕麥奶	當季水果	糙白米飯	塔香雞丁	番茄炒蛋	有機蔬菜	金針湯	黑糖西米露	✓	✓	✓	✓
5	黑糖雙色饅頭、豆漿	當季水果	糙白米飯	冬瓜燒肉	白菜滷	有機蔬菜	貢丸玉米湯	鹹粥	✓	✓	✓	✓
6	全麥吐司、黑芝麻豆漿	當季水果	香菇雞肉燉飯、有機蔬菜、南瓜濃湯					豆花	✓	✓	✓	✓
9	芋頭堅果饅頭、豆漿	當季水果	肉燥飯、有機蔬菜、香菇雞湯					玉米雞蛋粥	✓	✓	✓	✓
10	玉米穀片、鮮奶	當季水果	糙白米飯	糖醋雞腿	大黃瓜炒肉羹	有機蔬菜	什錦菇湯	紫米紅豆湯	✓	✓	✓	✓
11	克林姆麵包、糙米漿	當季水果	糙白米飯	和風燉肉	綜合滷味	有機蔬菜	白菜番茄湯	香菇瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
12	原味馬芬堡、燕麥奶	當季水果	糙白米飯	紅燒魚片	螞蟻上樹	有機蔬菜	馬鈴薯蘿蔔湯	蔬菜麵線	✓	✓	✓	✓
13	葡萄吐司、黑芝麻豆漿	當季水果	味噌湯餃、有機蔬菜					慶生會	✓	✓	✓	✓
23	什錦穀片、鮮奶	當季水果	玉米湯餃、有機蔬菜					紅豆湯	✓	✓	✓	✓
24	鮮奶饅頭、黑芝麻豆漿	當季水果	糙白米飯	味噌雞柳	鹹蛋炒南瓜	有機蔬菜	冬瓜海帶湯	雞蓉玉米粥	✓	✓	✓	✓
25	果醬吐司、燕麥奶	當季水果	糙白米飯	瓜仔肉	玉米炒蛋	有機蔬菜	青菜豆腐湯	米苔目甜湯	✓	✓	✓	✓
26	紅藜雙色饅頭、豆漿	當季水果	什錦炒麵、有機蔬菜、魚丸湯					蔥抓餅	✓	✓	✓	✓

