

逸慧實業有限公司 幼兒園寒假菜單

日期	星期	早點	午餐					午點	主食類	豆肉魚蛋	蔬菜	水果	奶類	油脂	熱量
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品		(份)	(份)	(份)	(份)	(份)	(份)	(Kcal)
1月22日	一	銅鑼燒+果汁	芝麻飯	紅燒雞	玉米炒蛋	應青	味噌湯	珍珠丸子*3	5	2.1	1.5	1	0	2	755
				雞丁,白蘿蔔,香菇			洗選蛋,玉米								
1月23日	二	關東煮	五穀飯	薑汁燒肉	花菜燴鮑菇	應青	如意凍腐湯	水果拼盤	5	2	1.5	1	0	2	727.5
		白蘿蔔,米血,黑輪,油豆腐,柴魚片		肉片,洋蔥,薑			青花菜,鮑菇								
1月24日	三	乾拌麵	肉絲炒飯+炒青菜+青瓜金菇湯					紅豆紫米粥	5.5	2.3	1.4	0	0	2	742.5
		白油麵,絞肉,豆芽菜,韭菜	肉絲,洋蔥,三丁+應青+青木瓜,金針菇					紫米,紅豆							
1月25日	四	古早味番薯粥	糙米飯	小瓜雞丁	芹香三絲	應青	紫菜蛋花湯	水果拼盤	5	2.1	1.5	1	0	2	695
		地瓜,高麗菜,絞肉		雞丁,小黃瓜,紅蘿蔔			海帶絲,干絲,芹菜								
1月26日	五	黃瓜貢丸湯	炒烏龍麵+炒青菜+南瓜排骨湯					菜包+決明子茶	4.5	2.3	1.5	1	0	2	735
		貢丸,大黃瓜	烏龍麵,肉絲,高麗菜,紅蘿蔔,生木耳+應青+南瓜,排骨												