

宜蘭縣111年1月南澳鄉立幼兒園菜單

| 日期 | 星期 | 早點心 | 飲品 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 青菜 | 湯 | 水果 | 午點心 | 水果飲品 |
|----|----|-------|-------|-----|-------|--------|------|--------|----|--------|-------|
| 21 | 五 | 蔥抓餅 | 冬瓜茶 | 米飯 | 滷雞翅 | 花椰炒肉片 | 時令青菜 | 白蘿蔔排骨湯 | | 蒸地瓜 | 洛神花茶 |
| 22 | 六 | 水餃 | 蛋花湯 | 米飯 | 回鍋豆干 | 柴香海芽蒸蛋 | 時令青菜 | 花豆地瓜湯 | | 銀絲卷 | 枸杞茶 |
| 24 | 一 | 水煮蛋 | 田園蔬菜湯 | 米飯 | 打拋豬肉 | 西魯肉 | 時令青菜 | 味噌豆腐湯 | | 蓮子瘦肉粥 | 水果 |
| 25 | 二 | 黑糖饅頭 | 低糖豆漿 | 糙米飯 | 三杯魷魚圈 | 蘿蔔燒百頁 | 時令青菜 | 紫菜蛋花湯 | 水果 | 丸子米粉湯 | 水果 |
| 26 | 三 | 燒賣 | 蛋花湯 | 米飯 | 照燒豬肉 | 絞肉玉米 | 時令青菜 | 青菜蛋花湯 | | 榨菜肉絲湯麵 | |
| 27 | 四 | 鍋貼 | 低糖豆漿 | 糙米飯 | 香酥魚排 | 雙芽肉片 | 時令青菜 | 魚丸湯 | 水果 | 珍珠丸子 | 紫菜豆腐湯 |
| 28 | 五 | 蔥花捲饅頭 | 冬瓜茶 | 米飯 | 糖醋豆包 | 香菇蒸蛋 | 時令青菜 | 紫米西米露 | | 麻油麵線 | 蔬菜蛋花湯 |

廠商：永鴻商號 營養師：呂雅萍

※本園一律使用國產豬肉食材