



臺南市私立活水樹谷幼兒園 115 年 2 月份菜單

		2/2(一)	2/3(二)	2/4(三)	2/5(四)	2/6(五)
早餐 08:00-08:40		綜合包子 豆漿	綜合穀片 牛奶	鮪魚翡翠粥	芋泥麵包 豆漿	芝麻饅頭 糙米漿
食 材		高麗菜, 蔥花, 黃豆	喜瑞爾穀片, 奶粉	鮪魚, 翡翠, 紅蘿蔔	芋頭, 黃豆	黑芝麻, 糙米, 花生
午 餐 11:40-12:40		日式炒麵 味噌小魚湯	五穀飯 彩椒肉絲 玉米炒蛋 香菇高麗菜 冬菜冬粉湯	南瓜雞肉 起司燉飯 百合排骨湯	香鬆飯 唐揚雞 黃金蒸蛋 蒜茸菠菜 金針排骨湯	香腸炒飯 蘿蔔貢丸湯
食 材		豬肉, 高麗菜, 紅蘿蔔, 洋蔥, 木耳, 柴魚, 小魚干, 味噌	雞肉, 玉米, 雞蛋, 香菇, 高麗菜, 冬菜, 冬粉, 大骨	南瓜, 雞肉, 花椰菜, 洋蔥, 起司, 香菇, 鮮百合, 排骨	豬肉, 紅黃青椒, 鹹蛋黃, 雞蛋, 菠菜, 金針花, 排骨	豬肉, 雞蛋, 紅蘿蔔, 高麗菜, 白蘿蔔, 貢丸
水 果		蕃茄	蘋果	火龍果	鳳梨	香蕉
點 心 14:10-15:00		紫米紅豆湯	章魚燒 鳳梨茶	水果果凍	沙其瑪 麥茶	蔓越莓酥 黑豆茶
晚 餐 16:40-17:40		蔥香雞絲拌飯 蔬菜湯	香菇肉羹麵線	台式炒蘿蔔糕 玉米蛋花湯	白菜雞肉湯麵	不延托
食 材		雞絲, 紅蔥酥, 洋蔥, 高麗菜, 玉米	豬肉, 肉羹, 香菇, 筍絲, 柴魚片	豬肉, 蘿蔔糕, 高麗菜, 紅蘿蔔, 洋蔥, 香菇, 玉米, 雞蛋	雞肉, 綜合菇, 鵝白菜, 丸子	
餐 點 類 別 檢 核	全穀雜糧類	V	V	V	V	V
	豆魚蛋肉類	V	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V	V

*菜單「依幼兒餐點食物內容及營養基準」設計規劃，合乎幼兒每日所需營養、熱量及份數

*本園一律使用國產豬，肉類食品不食用牛肉

*午餐水果僅供參考，依當季水果為主

*本園營養餐點有易引起過敏的食物(如甲殼類、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類使用亞硫酸鹽類等及其製品、不適合含過敏體質使用)。



臺南市私立活水樹谷幼兒園 115 年 2 月份菜單

		2/9(一)	2/10(二)	2/11(三)	2/12(四)	2/13(五)
早餐	08:00-08:40	烤地瓜 豆奶	桂圓五穀粥	蔬菜肉燥粥	彩虹饅頭 豆漿	芝麻麵包 黑豆漿
食材		瓜瓜園地瓜. 黃豆 奶粉	桂圓. 麥片. 五穀米	高麗菜. 紅蘿蔔. 豬 肉	草莓. 南瓜. 木鱉 果. 黃豆	黑芝麻. 黑豆
午餐	11:40-12:40	田園咖哩雞 蒜頭硯湯	白飯 古早味滷肉 紅燒豆腐蛋 蒜炒青江菜 冬瓜薏仁湯	水餃 玉米濃湯	圍爐	什錦飯湯
食 材		雞腿. 洋蔥. 毛豆 馬鈴薯. 紅蘿蔔. 花椰菜. 硯. 蒜頭	豬肉. 雞蛋. 豆腐. 洋蔥. 青江菜. 冬 瓜. 薏仁. 大骨	豬肉. 高麗菜. 玉米. 雞蛋. 紅蘿蔔	大骨高湯. 高麗菜. 玉米	豬肉. 筍絲. 魚板. 蛤蜊. 芹菜. 丸子. 肉絲. 香菇. 高麗菜
水 果		香蕉	芭樂	木瓜	蘋果	鳳梨
點 心	14:10-15:00	奶油仙草蜜	香酥黑輪 冬瓜茶	笑笑薯餅 決明子茶	黑糖豆花	銅鑼燒 麥茶
晚餐	16:40-17:40	蕃茄雞蛋湯麵	麻油豬肉麵線	皮蛋雞肉粥	不延托	不延托
食 材		蕃茄. 雞蛋. 鵝白菜 鴻喜菇	豬肉. 高麗菜. 綜合 菇. 麻油. 枸杞	雞肉. 皮蛋. 紅蘿蔔		
餐 點 類 別 檢 核	全穀雜糧類	V	V	V	V	V
	豆魚蛋肉類	V	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V	V

*菜單「依幼兒餐點食物內容及營養基準」設計規劃，合乎幼兒每日所需營養、熱量及份數

*本園一律使用國產豬，肉類食品不食用牛肉

*午餐水果僅供參考，依當季水果為主

*本園營養餐點有易引起過敏的食物(如甲殼類、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類使用亞硫酸鹽類等及其製品、不適合含過敏體質使用)。



臺南市私立活水樹谷幼兒園 115 年 2 月份菜單

		2/16(一)	2/17(二)	2/18 (三)	2/19(四)	2/20(五)
早餐 08:00-08:40		春節休假				
食材						
午餐 11:40-12:40						
食 材						
水 果						
點 心 14:10-15:00						
晚餐 16:40-17:40						
食 材						
餐 點 類 別 檢 核	全穀雜糧類					
	豆魚蛋肉類					
	蔬菜類					
	水果類					

*菜單「依幼兒餐點食物內容及營養基準」設計規劃，合乎幼兒每日所需營養、熱量及份數

*本園一律使用國產豬，肉類食品不食用牛肉

*午餐水果僅供參考，依當季水果為主

*本園營養餐點有易引起過敏的食物(如甲殼類、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類使用亞硫酸鹽類等及其製品、不適合含過敏體質使用)。



臺南市私立活水樹谷幼兒園 115 年 2 月份菜單

		2/23(一)	2/24(二)	2/25(三)	2/26(四)	2/27(五)	
早餐	08:00-08:40	藍莓吐司 牛奶	魷仔魚翡翠粥	蔓越莓饅頭 麵茶	克林姆麵包 黑豆漿	228 補休	
食材	藍莓果醬, 奶粉	魷仔魚, 翡翠, 紅蘿蔔	蔓越莓, 麵茶	雞蛋, 奶油, 黑豆			
午餐	11:40-12:40	排骨酥湯麵	小米飯 紅燒小雞翅 客家小炒 木耳大白菜 香菇雞湯	肉絲蛋炒飯 蔬菜湯	香米飯 鐵路排骨 麻婆豆腐 雙色花椰菜 黃豆排骨湯		
食 材	豬肉, 鵝白菜, 香菇, 洋蔥	雞翅, 豆干, 魷魚, 芹菜, 木耳, 大白菜, 香菇, 雞腿	豬肉, 鹹蛋, 紅蘿蔔, 高麗菜, 玉米	豬肉, 豆腐, 白綠花椰菜, 紅蘿蔔, 黃豆, 排骨			
水 果	火龍果	西瓜	蘋果	香蕉			
點 心	14:10-15:00	綠豆薏仁湯	白煮蛋 黑糖茶	綜合燒賣 麥茶	慶生蛋糕 LP33 優酪乳		
晚餐	16:40-17:40	麻油雞米糕 米血湯	水餃 玉米蛋花湯	醬香炒米苔苜 紫菜蛋花湯	枸杞雞肉麵線		
食 材	雞肉, 麻油, 香菇, 枸杞, 米血, 高麗菜	高麗菜, 豬肉, 玉米, 雞蛋	豬肉, 高麗菜, 香菇, 木耳, 紅蘿蔔, 洋蔥, 紫菜, 雞蛋	雞腿, 綜合菇, 雞蛋, 枸杞,			
餐 點 類 別 檢 核	全穀雜糧類	V	V	V	V		
	豆魚蛋肉類	V	V	V	V		
	蔬菜類	V	V	V	V		
	水果類	V	V	V	V		

*菜單「依幼兒餐點食物內容及營養基準」設計規劃，合乎幼兒每日所需營養、熱量及份數

*本園一律使用國產豬，肉類食品不食用牛肉

*午餐水果僅供參考，依當季水果為主

*本園營養餐點有易引起過敏的食物(如甲殼類、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類使用亞硫酸鹽類等及其製品、不適合含過敏體質使用)。