

逸慧實業有限公司 1月菜單 龍山國小附設 幼兒園										營養師 江怡靜 設計								2025 HAPPY NEW YEAR				
日期	星期	早點	午餐						午點	主食類 (份)	豆肉 魚蛋 (份)	蔬菜 (份)	水果 (份)	奶類 (份)	油脂 (份)	熱量 (Kcal)						
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果														
1月1日	三	Happy NEW YEAR 元旦																				0
1月2日	四	◎餛飩湯 餛飩*3.小白菜.紫菜	五穀飯	馬鈴薯燉雞 雞丁.馬鈴薯.紅蘿蔔	腐皮白菜 大白菜.角螺.木耳	應青	◆蕃茄蛋花湯 蕃茄.蛋		水果拼盤 水果2種	4.5	2	1.8	1	0	2	660						
1月3日	五	水果拼盤 水果2種	◆蔥香蛋炒飯+◎無骨雞排+應青+味噌豆腐湯 紅蘿蔔.洋蔥.蛋.蔥+無骨雞排+應青+味噌.豆腐.柴魚片						◎起司條麵包+鮮乳	5	2.2	0.9	1	0.8	2	784						
1月6日	一	◎◆慶生會 慶生蛋糕	小米飯	花菜燴豆腐 豆腐.青花菜.豆瓣醬	◆洋蔥炒蛋 洋蔥.蛋	應青	枸杞山藥湯 山藥.枸杞		水果拼盤 水果2種	5	2	1.2	1	0.3	2.2	725						
1月7日	二	◎◆蔬菜湯餃 水餃*3.高麗菜.蛋	糙米飯	香菇肉燥 絞肉.碎干丁.香菇	培根炒洋芋 馬鈴薯.三丁.培根	應青	雙色蘿蔔湯 白蘿蔔.紅蘿蔔.大骨	水果	古早味豆花 豆花.綠豆.大豆.QQ	5.5	2.6	1.5	1	0	2.2	777						
1月8日	三	◆金沙南瓜粥 鹹蛋.絞肉.南瓜.香菇	◎中華炒麵+豬肉餡餅+應青+蕃茄豆腐湯 白油麵.肉絲.高麗菜.紅蘿蔔+豬肉餡餅+應青+蕃茄.豆腐.大骨						水果拼盤 水果2種	5	1.9	1.2	1	0	2.2	682						
1月9日	四	◎小籠包*3	薏仁飯	玉米肉末 絞肉.玉米粒	黃瓜木耳 大黃瓜.木耳.紅蘿蔔	應青	◆紫菜蛋花湯 紫菜.蛋		水果拼盤 水果2種	4.8	2	1.3	1	0	2	669						
1月10日	五	水果拼盤 水果2種	客家炒米粉+◎酥炸豬排+應青+冬瓜排骨湯 米粉.豆芽菜.乾香菇(少).紅蘿蔔.芹菜+調理豬排+應青+冬瓜.排骨						◎牛角麵包+鮮乳	4.5	1.9	1.3	1	0.8	2	736						
1月13日	一	蒸蘿蔔糕	芝麻飯	塔香素雞 素雞.小黃瓜.玉米筍.九層塔	◆香菇蒸蛋 蛋.香菇	應青	羅宋湯 蕃茄.高麗菜.馬鈴薯		水果拼盤 水果2種	5.8	1.8	1.2	1	0	2	721						
1月14日	二	珍珠丸子*3	地瓜飯	干片炒肉絲 肉絲.豆干片.芹菜	△小瓜甜條 小黃瓜.甜條.紅蘿蔔	應青	◆青菜蛋花湯 小白菜.蛋	水果	紅豆紫米粥 紅豆.紫米	6	2.7	1.4	1	0	2	808						
1月15日	三	◎肉骨茶麵線 麵線.肉片.高麗菜.肉骨茶包	◆肉絲炒飯+海結油腐+應青+海芽金菇湯 肉絲.三丁.洋蔥.蛋+海帶結.三角油腐+應青+海帶芽.金針菇.大骨						水果拼盤 水果2種	5.2	2.2	1.3	1	0	2	712						
1月16日	四	瓠瓜鹹粥 肉絲.瓠瓜.香菇.紅蘿蔔	燕麥飯	麻油肉片 肉片.高麗菜.枸杞	冬瓜魚羹 冬瓜.魚羹條.紅蘿蔔	應青	玉米大骨湯 玉米段.大骨		水果拼盤 水果2種	5.5	1.7	1.7	1	0	2.2	714						
1月17日	五	水果拼盤 水果2種	◎台式炒麵+翅小腿+應青+白玉排骨湯 黃油麵.肉絲.高麗菜.紅蘿蔔.生木耳+翅小腿*2+應青+白蘿蔔.排骨						◎杯子蛋糕+鮮乳	4.5	1.7	1.2	1	0.8	2	719						
1月20日	一	◎水煎包+麥茶	海苔飯	南瓜豆腐煲 豆腐.南瓜.香菇	花菜什錦 青花菜.玉米筍.紅蘿蔔	應青	結頭鮑菇湯 結頭菜.鮑菇		◆結業式停餐◆	4.5	2	1.8	0	0	2	600						

※依合約規範：生鮮豬肉、雞肉皆使用具CAS證明之產品 ※本產品含有過敏原(△海鮮類/◆蛋品類/◎麩質類/Ⓢ花生)，不適合對其過敏體質者食用

逸慧實業有限公司 2月菜單 龍山國小附設 幼兒園										營養師 江怡靜 設計								福	
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	水果		(份)	(份)	(份)	(份)	(份)	(份)	(Kcal)			
2月11日	一	貢丸湯 貢丸*2.冬瓜	海苔飯	紅燒肉 肉片.白蘿蔔.紅蘿蔔	鮮蔬粉絲 冬粉.高麗菜.木耳.絞肉	應青	味噌豆腐湯 味噌.豆腐	水果	綠豆薏仁湯 綠豆.小薏仁	5.5	2.8	1.5	1	0	2	783			
2月12日	三	◆鍋燒意麵 意麵.肉絲.高麗菜.蛋	◆素香炒飯+滷豬排+應青+◆紫菜蛋花湯 玉米粒.洋蔥.紅蘿蔔.蛋.蔥+帶骨大排+應青+紫菜.蛋						水果拼盤 水果2種	5.2	2.3	1.1	1	0	2	714			
2月13日	四	竹筍鹹粥 絞肉.香菇.筍絲.木耳	麥片飯	三杯雞 雞丁.米血.鮑菇.九層塔	芝麻雙絲 豆干絲.海帶絲.紅蘿蔔.白芝麻	應青	枸杞山藥湯 山藥.枸杞.大骨	水果拼盤 水果2種	5.5	2	1.4	1	0	2.2	729				
2月14日	五	水果拼盤 水果2種	◎義大利麵+麥克雞塊+青花菜+◆玉米濃湯 螺旋麵.絞肉.洋蔥.三丁.蕃茄.蕃茄醬+麥克雞塊+青花菜+玉米粒.洋蔥.馬鈴薯.蛋.奶水						◎紅豆餐包+鮮乳	5	1.5	1.2	1	0.8	2	739			
2月17日	一	◎◆慶生會 慶生蛋糕	地瓜飯	蠔油素肚 素肚.高麗菜.紅蘿蔔	◆香菇蒸蛋 香菇.蛋	應青	薑片南瓜湯 南瓜	水果拼盤 水果2種	5	2.1	1	1	0	2.2	692				
2月18日	二	◎乾拌水餃*5	芝麻飯	打拋豬 絞肉.洋蔥.蕃茄.九層塔	白菜滷 大白菜.角螺.木耳	應青	蘿蔔黑輪湯 白蘿蔔.黑輪	水果 仙草.米苔目	5.8	2.4	2	1	0	2	786				
2月19日	三	◆滑蛋瘦肉粥 蛋.絞肉.高麗菜	炒飯條+滷雙寶+應青+◆青菜蛋花湯 飯條.肉絲.高麗菜.紅蘿蔔.木耳+ 豆干.海帶片+應青+小白菜.蛋						水果拼盤 水果2種	5	2.4	1.6	1	0	2.2	729			
2月20日	四	◎麵線糊 麵線.肉絲.金針菇.筍絲.木耳	小米飯	冬瓜燒雞 雞丁.冬瓜	◆蛋香高麗菜 高麗菜.蛋.紅蘿蔔	應青	海芽金菇湯 海帶芽.金針菇.大骨	水果拼盤 水果2種	5.2	1.6	2	1	0	2	684				
2月21日	五	水果拼盤 水果2種	南瓜什錦燴飯+△蒲燒鯛魚+應青+黃瓜魚羹湯 南瓜.玉米筍.彩椒.花椰菜.木耳+蒲燒鯛魚+應青+大黃瓜.魚羹條						◎鹹奶油餐包+鮮乳	5	1.5	1.2	1	0.8	2	739			
2月24日	一	◎小饅頭*2+麥茶	薏仁飯	海結油腐 海帶結.油腐丁	◆紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔.蛋	應青	黃瓜鮮菇湯 大黃瓜.香菇	水果拼盤 水果2種	5	1.6	1.5	1	0	2	658				
2月25日	二	鮮蒸地瓜	糙米飯	香菇肉燥 絞肉.香菇.洋蔥	燉南瓜 南瓜.枸杞.茶豆	應青	結頭排骨湯 結頭菜.排骨	水果 地瓜甜湯 地瓜.芋圓	6.5	1.5	1.2	1	0	2	748				
2月26日	三	玉米菇菇粥 玉米粒.肉絲.香菇.芹菜	◎日式炒烏龍+滷雞排+應青+海芽豆腐湯 烏龍麵.洋蔥.香菇.小白菜+生鮮雞排+應青+海帶芽.豆腐.大骨						水果拼盤 水果2種	5	2.2	1.1	1	0	2.2	702			
2月27日	四	△關東煮 黑輪.油腐.蘿蔔.米血.柴魚片	燕麥飯	◆親子丼 雞丁.洋蔥.蛋.海苔絲	△蒲瓜魚羹 蒲瓜.魚羹.紅蘿蔔	應青	冬菜粉絲湯 冬菜.大白菜.肉絲	水果拼盤 水果2種	4.5	2.2	1.7	1	0	2	673				
2月28日	五	和平紀念日														0			

※依合約規範：生鮮豬肉、雞肉皆使用具CAS證明之產品 ※本產品含有過敏原(△海鮮類/◆蛋品類/◎麩質類/Ⓢ花生)・不適合對其過敏體質者食用