

臺北市南港區玉成國小附設幼兒園午餐

2025年2月

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	水果	全穀根莖類(份)	豆魚肉蛋類(份)	蔬菜類(份)	水果類(份)	乳品(份)	油脂類(份)	熱量(大卡)	
11	二	◎蕃茄海鮮義大利麵		季節時蔬	◎玉米濃湯	水果	2.4	1.2	0.8	0.5	0	1.4	391	
12	三	小米飯	蘿蔔海帶燒肉	螞蟻上樹	季節時蔬	翡翠濃湯	水果	2.4	1.3	0.7	0.5	0	1.3	392
13	四	糙米飯	◎鹹蛋蒸肉餅	◎什錦豆腐	季節時蔬	◎腰果排骨湯	水果	2.4	1.3	0.7	0.5	0	1.3	392
14	五	五穀飯	豆豉蒸排骨	◎蕃茄炒蛋	季節時蔬	羅宋湯	水果	2.4	1.3	0.7	0.5	0	1.2	387
17	一	白米飯	照燒雞肉	玉米筍炒小黃瓜	季節時蔬	冬瓜排骨湯	水果	2.2	1.3	0.8	0.5	0	1.3	380
18	二	◎蝦仁肉絲炒飯		季節時蔬	蘿蔔排骨湯	水果	2.2	1.1	0.7	0.5	0	1.4	367	
19	三	小米飯	栗子香菇雞	紅蘿蔔炒肉絲	季節時蔬	◎紫菜蛋花湯	水果	2.2	1.2	0.8	0.5	0	1.2	368
20	四	糙米飯	筍子蒸梅花肉	鴻喜菇炒甜豆	季節時蔬	山藥排骨湯	水果	2.4	1.2	0.8	0.5	0	1.2	382
21	五	五穀飯	南瓜燒肉	高麗菜炒香菇	季節時蔬	肉絲結菜湯	水果	2.3	1.2	0.8	0.5	0	1.3	413
24	一	白米飯	瓜仔肉燥	筍白筍炒肉絲	季節時蔬	黃豆芽排骨湯	水果	2.4	1.3	0.7	0.5	0	1.3	392
25	二	◎水餃		季節時蔬	雙色蘿蔔湯	水果	2.1	1.2	0.7	0.5	0	1.3	363	
26	三	小米飯	◎糖醋土魷魚	◎蕃茄燒豆腐	季節時蔬	玉米蔬菜湯	水果	2.3	1.4	0.8	0.5	0	1.3	395
27	四	糙米飯	馬鈴薯燉雞肉	玉米蒸蛋	季節時蔬	三菇肉絲湯	水果	2.3	1.4	0.8	0.5	0	1.2	390
28	五	和平紀念日放假一天												

*本園提供的肉品一律使用國產豬；◎:表示含過敏原食材(甲殼類、芒果、花生、牛奶和羊奶、蛋、堅果、芝麻、大豆、魚、含麩質之穀物及其製品等)，請過敏者特別留意。

餐點組:

教師李意雯

幼兒園主任:

教師兼任洪詩評

校長:

北港區南港區玉成國民小學 楊火順

臺北市南港區玉成國小附設幼兒園點心表

2025年2月

日期	星期	上午點心	營養成分 (每份)							熱量 (大卡)	下午點心	營養成分 (每份)							熱量 (大卡)
			全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類	乳品	油脂類	全穀根莖類			豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類	乳品	油脂類			
11	二	◎魚片粥	0.6	0.2	0.2	0	0	0.5	105	紫菜餛飩湯	0.6	0.6	0.3	0	0	0.6	142		
12	三	蘿蔔糕湯	0.8	0	0.5	0	0	0.4	107	◎奶油餐包 鮮奶	1	0	0	0	0.5	0.2	159		
13	四	◎日式烏龍麵	0.7	0.4	0.4	0	0	0.4	127	銀芽拌條	0.7	0.2	0.2	0	0	0.7	121		
14	五	肉羹麵線	1	0.2	0	0	0	0.3	119	◎鮮奶葡萄吐司 豆漿	1	0	0	0	0.8	0	186		
17	一	◎鮮奶饅頭 鮮奶	0.7	0	0	0	1	0	189	綠豆薏仁湯	1	0	0	0	0	0	90		
18	二	菠菜瘦肉粥	0.8	0.3	0.3	0	0	0.6	133	◎奶黃包 冬瓜茶	1	0	0	0	0.1	0.5	125		
19	三	◎大滷麵	0.9	0.4	0.5	0	0	0.5	148	◎銀絲捲 鮮奶	1	0	0	0	0.5	0	150		
20	四	◎陽春麵	0.6	0.3	0.4	0	0	0.4	113	栗子地瓜 麥茶	1	0	0	0	0	0	90		
21	五	關東煮	0.9	0.3	0.4	0	0	0.4	134	◎胚芽餐包 豆漿	1	0.5	0	0	0.1	0.1	144		
24	一	◎全麥饅頭 鮮奶	0.7	0	0	0	1	0	189	◎小籠包 麥茶	0.8	0.2	0.2	0	0	0.1	101		
25	二	香菇南瓜粥	1	0.4	0.3	0	0	0.3	141	◎馬來糕 麥茶	1.1	0	0	0	0	0.1	102		
26	三	◎魚片蔬菜麵	0.7	0.4	0.4	0	0	0.3	123	◎小布立 鮮奶	0.8	0.3	0	0	0.8	0	195		
27	四	什錦米苔目	0.6	0.3	0.3	0	0	0.5	115	地瓜甜湯	1	0	0	0	0	0	90		
28	五	和平紀念日放假一天																	

*本園提供的肉品一律使用國產豬；◎:表示含過敏原食材(甲殼類、芒果、花生、牛奶和羊奶、蛋、堅果、芝麻、大豆、魚、含麩質之穀物及其製品等)，請過敏者特別留意。

餐點組： 教師李意雯

幼兒園主任： 教師兼任洪詩評

校長： 臺北市南港區玉成國民小學 楊火順