



日期	星期	早餐	營養午餐	下午點心
1	一	鮮奶饅頭、牛奶	什錦海鮮湯麵、蘋果 (蛤蜊,魚肉,白米,筍絲,小白菜)	沙琪瑪、麥茶 (沙琪瑪,麥仔)
2	二	法式吐司、減糖豆漿 (吐司,雞蛋)	鮪魚蛋炒飯、蘿蔔魚丸湯、木瓜 (鮪魚罐,雞蛋,白米,紅蘿蔔,魚丸)	玉米濃湯 (火腿,玉米粒,蛋,紅蘿蔔)
3	三	地瓜粥、炒蛋 (白米,地瓜,雞蛋)	什錦火鍋、蘋果 (魚丸,甜不辣,豆腐,金針菇,高麗菜,魚餃,蛋餃,)	黑糖珍珠奶 (黑糖,粉圓,鮮奶)
4	四	肉鬆餐包、減糖豆漿	鍋燒意麵、芭樂 (豬肉,高麗菜,蛤蜊,蛋,紅蘿蔔,意麵)	雞塊、蛋花湯 (小雞塊,雞蛋,蔥)
5	五	小籠包、牛奶	青豆炒雞丁、蒸蛋、吻仔魚湯、芭樂 (青豆仁,雞肉,雞蛋,吻仔魚,青菜)	什錦冬粉湯 (小白菜,木耳,香菇,冬粉)
8	一	銀絲卷、牛奶	青菜肉羹麵、香蕉 (大白菜,肉羹,筍絲,蛋,麵條)	小西點,紅棗枸杞茶
9	二	三明治、減糖豆漿 (全麥吐司,雞肉,肉鬆,小黃瓜)	咖哩燴飯、紫菜蛋花湯,蘋果 (紅蘿蔔,馬鈴薯,洋蔥,咖哩塊,紫菜,蛋,蔥,白米)	虱目魚丸湯 (虱目魚丸,大黃瓜)
10	三	高麗菜粥 (高麗菜,白米,雞蛋)	南瓜飯、養生鮮菇湯、木瓜 (南瓜,豬肉,大白菜,金針菇,香菇)	板條湯麵 (板條,豆芽菜,豬肉,紅蘿蔔,韭菜)
11	春節放假			
12				
15				
16				
17	三	火腿玉米粥 (火腿,玉米,高麗菜,白米)	大滷麵、蘋果 (香菇,豬肉,木耳,蛋,麵條)	海綿蛋糕、養樂多 (小蛋糕,養樂多)
18	四	法式土司、牛奶 (全麥吐司,雞蛋)	胚芽飯、糖醋魚排、昆布排骨湯、木瓜 (胚芽飯,魚肉,紅蘿蔔,小排骨,昆布)	什錦雞絲麵 (雞絲麵,高麗菜,蛋,魚丸)
19	五	葡萄麵包、減糖豆漿	蕃茄蛋炒飯、蔬菜肉羹湯、蘋果 (蕃茄,蛋,紅蘿蔔,大白菜,白米,金針菇,豬肉絲)	玉米濃湯 (火腿,玉米粒,蛋,馬鈴薯)
22	一	鮮肉包、牛奶	肉燥義大利麵、金針排骨湯、芭樂 (紅蘿蔔,青豆仁,肉燥,義大利麵,金針菇,排骨)	蛋黃派、牛奶 (小蛋糕,牛奶)
23	二	夾蛋吐司、減糖豆漿	香菇肉燥飯、豆腐蝦仁湯、木瓜 (香菇,肉燥,白米,豆腐,蝦仁)	蔬菜餛飩湯 (小白菜,餛飩皮,高麗菜,豬肉)
24	三	地瓜粥、煎蛋	豬肉水餃、酸辣湯、蘋果 (水餃皮,豬肉,高麗菜,紅蘿蔔絲,木耳,筍絲)	炸地瓜餅、檸檬冬瓜茶 (地瓜,雞蛋,炸粉,檸檬,冬瓜露)
25	四	葡萄吐司、黑豆漿	漢堡、玉米濃湯、芭樂 (全麥麵包,雞蛋,小黃瓜,豬肉排,蕃茄,玉米,火腿,洋蔥,馬鈴薯)	綠豆地瓜湯 (綠豆,地瓜,二級砂糖)
26	五	蛋餅、牛奶 (蛋餅皮,雞蛋)	皮蛋瘦肉粥、木瓜 (皮蛋,豬肉,雞蛋,蔥,油條,白米)	紅豆湯圓 (紅豆,小湯圓)

- 若幼兒對某些食物有過敏，請通知本園。
- 每日均含全穀根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類等四大類食物。
- 本園選用健康、營養、自然不含咖啡因的食物，且在烹調過程中，少油、少鹽、少糖。
- 牛奶、豆漿、麥茶皆是無糖
- 本園一律使用國產豬、牛肉食材