



臺中市西區大勇附幼105年1月份菜單

日期	星期	主食	主菜	副食一	副食二	湯	水果	備註
4	一	小米飯	咖哩肉	豆干三絲 (非基改豆干絲)	當季時蔬	海芽蛋花湯	水果	
5	二	胚芽飯	沙茶雞丁	三色玉米 (非基改玉米粒)	高纖蔬菜	蘿蔔排骨湯	水果	
6	三	麵食	什錦粿條湯	無骨香雞排	可口青菜	玉兔包	水果	
7	四	白米飯	糖醋豆腐 (非基改豆腐)	日式蒸蛋	時令蔬菜	桂圓銀耳蓮子湯	水果	蔬食日
8	五	糙米飯	香菇肉燥 (非基改豆干丁)	鮮瓜什錦	當季青菜	牛奶玉米濃湯 (非基改玉米粒)	水果	
11	一	地瓜飯	喜相逢	回鍋肉片 (非基改豆干片)	時令青菜	冬瓜貢丸湯	水果	
12	二	糙米飯	香蒸豬排	大白魷魚羹	可口青菜	玉米蛋花湯	水果	
13	三	白米飯	泰式豆包 (非基改豆包)	金菇什錦	碧綠蔬菜	藥膳山藥湯	水果	蔬食日
14	四	紫米飯	廣式油雞	麻婆豆腐 (非基改豆腐)	當季青菜	玉菜小魚湯	水果	
15	五	飯食	揚州炒飯	滷蛋肉燥	青翠時蔬	青菜豆腐湯 (非基改豆腐)	水果	
18	一	小米飯	三杯百頁 (非基改百頁)	蕃茄炒蛋	時令青菜	紅豆紫米湯	水果	蔬食日
19	二	麵食	義大利肉醬麵 (非基改玉米粒)	鮮肉包	嫩炒青菜	味噌海芽湯 (非基改豆腐)	水果	
20	三	地瓜飯	蘿勒烤雞	五彩芹絲 (非基改豆干片)	可口青菜	蘿蔔鮮菇湯	水果	
21	四	放寒假囉！						
22	五							

