

天主教 育仁 幼兒園 十二 月份營養餐點表 111.12.1-111.12.31

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	四	小米粥	瓜仔肉醬、魯冬瓜麵輪、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
2	五	青菜冬粉湯	鳳梨肉絲蛋炒飯、香菇雞湯、季節水果	鹹湯圓	✓	✓	✓	✓
5	一	鹹米苔目	馬鈴薯燉肉、糖醋甜不辣、時令青菜、榨菜肉絲湯、季節水果	麵疙瘩	✓	✓	✓	✓
6	二	玉米濃湯	柳葉魚、滷油豆腐、時令青菜、黃豆芽湯、季節水果	紫米粥	✓	✓	✓	✓
7	三	蔬菜鹹粥	金瓜肉絲炒米粉、鮮筍湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
8	四	油豆腐細粉	三杯雞、滷白菜、時令青菜、山藥湯、季節水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
9	五	蔬菜粥	雞肉咖哩飯、海帶芽湯、季節水果	米苔目甜湯	✓	✓	✓	✓
12	一	肉燥冬粉湯	玉米滑雞丁、糖醋天婦羅、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
13	二	地瓜粥	洋蔥豬柳、銀芽豆包、時令青菜、鮮筍湯、季節水果	西米露	✓	✓	✓	✓
14	三	蘿蔔糕湯	酢醬絞肉麵、涼拌小黃瓜、青菜蛋花湯、季節水果	養生番薯	✓	✓	✓	✓
15	四	粿仔條湯	青椒炒肉絲、滷麵筋、時令青菜、玉米湯、季節水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
16	五	皮蛋瘦肉粥	高麗菜肉絲炒麵、金針湯、季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
19	一	玉米粥	木須炒肉絲、五香豆干、時令青菜、雙色蘿蔔湯、季節水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
20	二	擔仔麵	蔥爆里肌肉、麻婆豆腐、時令青菜、番茄蔬菜湯、季節水果	銀耳蓮子湯	✓	✓	✓	✓
21	三	地瓜粥	香菇高麗菜肉羹飯、味噌豆腐湯、季節水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
22	四	什錦粥	醬燒肉片、焗南瓜、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
23	五	豆腐金針菇湯	番茄肉醬義大利麵、花椰菜、雞塊、薯條、玉米濃湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
26	一	廣東粥	紅燒獅子頭、鮮炒瓠瓜、時令青菜、黑木耳湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
27	二	大滷麵	蘿蔔燒肉、滷白菜、時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	粉圓湯	✓	✓	✓	✓
28	三	雞絲麵	高麗菜豬肉水餃、玉米湯、季節水果	甜豆花	✓	✓	✓	✓
29	四	肉鬆粥	糖醋里肌肉、炒海帶絲、時令青菜、魚丸湯、季節水果	絲瓜麵線	✓	✓	✓	✓
30	五	生日壽桃、麥茶	肉絲青菜炒河粉、金針湯、季節水果	擔仔麵	✓	✓	✓	✓

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

★本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

★本園一律使用國產豬肉食材。