

愛幼幼兒園 112 年 12 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
12/1 (五)	鍋燒意麵 (魚板、白菜、蛤蜊)	五穀魚排飯、香菇炒清江、紅燒豆腐、海帶芽湯、柳丁	薏仁豆花
12/4 (一)	大骨地瓜玉米粥 (豚骨湯、玉米、地瓜、紅蘿蔔)	五穀飯、蘿蔔燒肉、紅蘿蔔蛋、炒高麗菜、冬瓜蛤蜊湯、小番茄	八寶粉圓湯
12/5 (二)	蔬菜蛋餅、海芽蛋湯 (高麗菜、番茄、蛋)	蕃茄海鮮義大利麵(小卷、鮮蝦仁、番茄、蔥花)、蘋果	黑糖饅頭 養生茶(龍眼乾、枸杞)
12/6 (三)	紫米紅豆	營養地瓜飯、爆蒜菠菜、柴魚大白菜、馬鈴薯肉燥、牛蒡養生湯、柳丁	香菇芋頭粥 (香菇、芋頭丁、肉末)
12/7 (四)	鮮蔬雞絲粥 香菇、菠菜、玉米、雞肉絲)	水餃(高麗菜、豬肉)、酸辣湯(榨菜、木耳、豆腐、紅蘿蔔絲、豬血)、木瓜	蝦酥豆腐腦 (豆花、蝦皮、蛋、纖菇)
12/8 (五)	鮮蔬蘿蔔糕湯 (豆芽菜、韭綠、肉燥)	鈣多芝麻飯、黃瓜炒蛋、咖哩雞丁、蒜香空心菜、枸杞冬瓜湯、芭樂	南瓜玉米濃湯 (南瓜、玉米、芹菜、紅蘿蔔)
12/11 (一)	牛奶彩球脆片	雞肉絲飯、黃豆燒海帶、蕃茄高麗菜、鮮蔬香菇湯、小番茄	紅豆豆花
12/12 (二)	白土司、南瓜玉米濃湯(南瓜、玉米、馬鈴薯)	豚骨烏龍湯麵(豬骨湯底、韭綠、豆芽、肉燥)、蘋果	椰奶饅頭、紫花湯
12/13 (三)	蘇打餅沙拉、牛奶 (馬鈴薯、紅蘿蔔、蛋)	地瓜悶飯、紅燒豆腐、炒芥藍、紅蘿蔔炒蛋、金菇肉絲湯、柳丁	蔬菜米苔目 (高麗菜、地瓜葉、紅蘿蔔、黑木耳)
12/14 (四)	薏仁龍骨小米粥 (薏仁、小米、豚骨)	蔥酥肉燥米粉(紅蘿蔔絲、高麗菜、木耳、紅蔥酥、肉末)、魯鶻鷄蛋、木瓜	紅豆湯圓
12/15 (五)	鮮蔬水餃湯 (小白菜、高麗菜水餃)	芋丁蝦米飯、瓜子肉燥、白菜煨豆皮、蒜爆芥藍、金黃白玉湯(白蘿蔔、玉米)柳丁	麻油麵線 (麻油、雞蛋)
12/18 (一)	叻仔魚粥 (叻仔魚、芹菜珠)	芝麻滷雞肉飯、番茄炒蛋、薑絲青花椰、菠菜叻魚湯、蘋果	黑糖西米露 (小珍珠圓、黑糖)
12/19 (二)	蔬菜煎餅、蛋花湯 (小白菜、番茄、蛋)	虱目魚浮水米粉羹(魚漿、筍絲、蔥花、香菇、大白菜、蘿蔔丁)小番茄	紅豆銅鑼燒、海芽湯
12/20 (三)	高纖吐司、豆漿	紫米洋蔥豬排飯、鮮菇芥蘭、木耳炒蛋、海帶芽湯、柳丁	關東煮 (魚板、黑輪、蘿蔔)
12/21 (四)	滑蛋玉米鮮蔬粥 (玉米、紅蘿蔔、蛋)	南瓜雞肉燴飯 (南瓜、雞丁、馬鈴薯、紅蘿蔔)、木瓜	蜜豆豆花 (白菜、蜜豆、糖)
12/22 (五)	營養水煮蛋、紫菜湯	地瓜籤飯、番茄炒蛋、薑絲小白菜、冬瓜滷肉、木瓜紅棗湯、柳丁	紅豆粉角薏仁湯
12/25 (一)	素當歸麵線 (豆皮、薑絲、當歸、枸杞)	香香白米飯、糖醋魚排、素雞高麗菜、蒜香菠菜、黃瓜湯、小番茄	鴨肉冬粉 (冬菜、鴨肉丁)
12/26 (二)	海苔鮮蔬捲 (小黃瓜、蛋、肉鬆)	蔬菜麵疙瘩 (茄汁鯖魚罐頭、小白菜、肉燥) 蘋果	小籠包、冬瓜茶
12/27 (三)	清粥小菜 (香菇泡芙、花生、圓蛋)	高纖胚芽米飯、香滷小腿、枸杞絲瓜、紅蘿蔔絲炒玉米、白玉豚骨湯(白蘿蔔、大骨)、柳丁	蔬菜水餃湯 (白菜、芹菜珠)
12/28 (四)	全麥吐司、豆漿	漢堡(炸豬排、大陸妹、煎蛋、番茄片、美乃滋)、奶油玉米濃湯(玉米、紅蘿蔔、蛋花) 木瓜	水晶綠豆湯 (粉角、綠豆、黑糖)
12/29 (五)	葡萄乾燕麥粥	健康糙米飯、滷蛋燒肉、鳳梨木耳、鮮菇炒青江菜、莧菜叻魚湯、柳丁	皮蛋瘦肉粥 (瘦肉、芹珠、皮蛋、油條)

◎為孩子健康，本園提供餐點皆為少油、低鹽料理，飲料皆為低糖飲料，請家長放心！

◎餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。

★★ 本園一律使用國產豬肉食品

