

# 後港國小附設幼兒園 111 上餐點表

(12 月份餐點表) ※本園一律使用國產豬肉食材

日期	上午點心	午餐	下午點心
12/1 (四)	芭樂、 豆漿	白飯(白米)、蘋果咖哩雞(骨腿、胡蘿蔔、蘋果、洋蔥、咖哩塊) 桶筍三絲(熟桂竹筍、鮮香菇、豬肉、大蒜、青蔥) 炒有機尼龍白菜(尼龍白菜、老薑、紅蘿蔔) 玉米蛋花湯(玉米粒、雞蛋、青蔥)、甜柿	南瓜粥 (南瓜、五穀米、白米、豬絞肉、香菇)
12/2 (五)	奇異果、 鮮奶	胚芽米飯(胚芽米、白米)、南瓜炒高麗菜(南瓜、蒜頭、高麗菜) 香菇滷肉(鮮香菇、豬腱、紅蘿蔔、紅辣椒、大蒜) 小黃瓜洋菇黑輪(小黃瓜、黑輪、洋菇、大蒜) 鯛魚味噌湯(鯛魚丁、味噌、青蔥、洋蔥、海帶芽)	地瓜薯條 (脆皮地瓜薯條) 黑豆茶 (黑豆、糖)
12/5 (一)	木瓜、 豆漿	白飯(白米)、油蔥青江菜(油蔥酥、青江菜、大蒜) 雲南薄片(熟花梅花肉片、泰式甜辣醬、魚露、味霖、蒜味花生、檸檬汁、大蒜、紅辣椒、九層塔) 沙茶四寶(馬鈴薯、熟花生、低脂絞肉、胡蘿蔔、沙茶醬、大蒜) 冬瓜排骨湯(冬瓜、排骨、鮮香菇、老薑)	玉米鮭魚蛋吐司 (玉米、鮭魚、雞蛋、吐司) 桂圓紅棗茶
12/6 (二)	十二月 慶生會 生日蛋糕	毛豆香鬆飯(白米、毛豆香鬆) 香酥鱸魚丁(鱸魚、地瓜粉、椒鹽粉) 白花菜炒豆包(白花菜、生豆包、胡蘿蔔、鮑魚菇) 有機尼龍白菜(尼龍白菜、老薑、生鮮木耳) 豆薯蛋花湯(豆薯、鮮香菇、油蔥酥、雞蛋)、香蕉	紅豆牛奶 (紅豆、鮮奶)
12/7 (三)	芭樂、 優酪乳	胚芽米飯(白米、胚芽米)、保久乳 韓式泡菜拌飯料(梅花肉片、韓式泡菜、韓式辣椒醬、大蒜、青蔥) 茶香豆乾(五香豆乾、八角、紅茶茶包) 綜合蔬菜(油菜、紅蘿蔔、豆芽菜、海帶根、白芝麻、香油) 茶壺湯(文蛤、雪白菇、鴻喜菇、骨腿、老薑、柴魚片)	小肉包(肉包) 洛神花茶 (乾洛神花、糖)
12/8 (四)	葡萄、 豆漿	白飯(白米)、蒜炒菠菜(菠菜、大蒜) 糖醋醬燒雞(骨腿、番茄醬、青蔥、黃椒、紅椒、老薑) 杏鮑菇炒蛋(杏鮑菇、雞蛋、毛豆仁、生鮮木耳) 黃豆芽玉米湯(黃豆芽、排骨、甜玉米、柴魚片)、火龍果	薏仁燕麥 (薏仁、燕麥、小米、糖)
12/9 (五)	木瓜、 鮮奶	五穀米飯(白米、五穀米)、芋頭燒肉(豬腱、芋頭、紅辣椒、老薑) 洋菇荷蘭豆炒蝦仁(洋菇、荷蘭豆、蝦仁、大蒜) 炒有機皺葉白菜(皺葉白菜、老薑、生鮮木耳) 麻油雞湯(骨腿、金針菇、高麗菜、純麻油、老薑)	湯餃 (水餃、小白菜)
12/12 (一)	蘋果、 豆漿	白飯(白米)、薑炒有機蚵白菜(蚵白菜、老薑、生鮮黑木耳) 洋菇蔥爆雞丁(去骨雞腿、洋菇、青蔥、大蒜、沙茶醬、紅辣椒) 菇菇炒肉絲(秀珍菇、鮑魚菇、白精靈菇、腿肉絲、紅蘿蔔、芹菜) 味噌海帶芽豆腐湯(傳統豆腐、青蔥、乾海帶芽、味噌)	芋頭西米露 (芋頭、西米露、椰奶、糖)
12/13 (二)	蘿蔔糕、 鮮奶	五穀飯(五穀米、白米)、蒜炒大陸妹(大陸妹、大蒜、鮮香菇) 塔香石斑魚(石斑魚、素蠔油、老薑、九層塔、紅辣椒、洋蔥、玉米筍) 豆乾碎脯(五香豆乾、四季豆、菜脯、蒜頭、紅蘿蔔) 白菜魚丸湯(虱目魚丸、山東白菜、老薑、芹菜)、雪梨	餛飩湯 (餛飩、小白菜)
12/14 (三)	火龍果、 優酪乳	牛排麵(牛排麵)、茶葉蛋(雞蛋、滷包、紅茶茶包) 好吃炒麵(豬肉、洋蔥、鮮香菇、紅蔥頭、紅蘿蔔) 蒜炒高麗菜(高麗菜、生鮮木耳、大蒜)、保久乳 大黃瓜貢丸湯(大黃瓜、香菇貢丸、蒜頭、蒜頭)	五穀飯糰(五穀米、肉鬆、雞蛋) 枸杞菊花茶
12/15 (四)	木瓜、 豆漿	白飯(白米)、鮑菇有機青江菜(青江菜、鮑魚菇、老薑) 照燒松阪豬肉(松阪豬、老薑、洋蔥、紅辣椒、照燒醬、白芝麻) 豆芽菜炒培根(豆芽菜、培根、大蒜、青蔥、胡蘿蔔、黑胡椒粉) 蒜頭香菇雞湯(骨腿、乾香菇、山東白菜、蒜頭)、橘子	紅豆湯圓 (紅豆、湯圓、糖)



12/16 (五)	奇異果、鮮奶	糙米飯(白米、糙米)、鵝油香蔥菠菜(鵝油香蔥、菠菜) 三杯杏鮑菇雞丁(骨腿、杏鮑菇、老薑、九層塔) 玉米肉末(玉米粒、絞肉、青蔥、蒜頭) 白蘿蔔珊瑚菇湯(白蘿蔔、珊瑚菇、中排肉、老薑)	鍋燒意麵(意麵、香菇、豬絞肉、紅蘿蔔絲、小白菜、蛋)
12/19 (一)	蘋果、豆漿	白飯(白米)、蒜炒有機青松菜(青松菜、大蒜、沙茶醬) 壽喜燒肉(梅花肉片、柴魚片、大蒜、白精靈菇、洋蔥、味霖、青蔥) 三色百頁(玉米粒、小黃瓜、胡蘿蔔、百頁豆腐、黑胡椒粉) 筍絲雞湯(熟桂竹筍、骨腿、老薑、紅蘿蔔)	鮪魚五穀粥 (鮪魚、五穀米、小白菜)
12/20 (二)	玉米脆片鮮奶	糙米飯(白米、糙米)、滷雞腿(雞腿、青蔥、紅辣椒、老薑) 木須炒蛋(雞蛋、胡蘿蔔、生鮮木耳、杏鮑菇)、蘋果 香菇大白菜(包心白菜、老薑、紅蘿蔔、鮮香菇) 小白菜豆腐湯(傳統豆腐、小白菜、中排肉、老薑、油蔥酥)	小雞塊 味噌豆腐湯 (味噌、豆腐、小白菜)
12/21 (三)	葡萄、優酪乳	白飯(白米)、香酥虱目魚柳(虱目魚柳、地瓜粉、椒鹽粉) 花生香菇麵筋(麵筋泡、鮮香菇、熟花生、老薑) 蒜炒水蓮(大蒜、水蓮、紅辣椒)、保久乳 高麗菜湯泡飯(高麗菜、油蔥酥、熟桂竹筍、紅蘿蔔、芹菜)	陽春麵(白麵條、豬絞肉、香菇、紅蘿蔔絲、小白菜、蛋)
12/22 (四)	芭樂、豆漿	白飯(白米)、薑炒有機黑葉白菜(黑葉白菜、老薑、胡蘿蔔) 薑母燒雞(骨腿、老薑、豆菊、米血、高麗菜、純麻油)、蓮霧 筍茸炒肉絲(筍茸、肉絲、秀珍菇、大蒜、不辣豆瓣醬、辣豆瓣醬) 綜合甜湯圓(湯圓、紅豆罐頭、二砂糖、地瓜珍珠圓、龍眼肉(乾))	紅豆豆花 (紅豆、豆花)
12/23 (五)	木瓜、鮮奶	五穀飯(白米、五穀米)、枸杞菠菜(菠菜、枸杞、老薑) 香菇滷豬腳(去骨豬腳、豬腱肉、鮮香菇、滷包、老薑、紅辣椒) 黃瓜鵪鶉蛋(大黃瓜、鵪鶉蛋、鴻喜菇、大蒜) 韭菜肉絲湯(韭菜、腿肉絲、油蔥酥、榨菜絲、冬粉)	蜂蜜蛋糕 決明子茶 (熟決明子、糖)
12/26 (一)	蘋果、豆漿	白飯(白米)、燴雙花(白花菜、青花菜、胡蘿蔔) 麻油松坂肉(松坂肉、杏鮑菇、純麻油、枸杞、青蔥、老薑) 蕃茄豆腐(板豆腐、牛蕃茄、蕃茄醬、辣椒、青蔥、豬絞肉) 大頭菜豬骨湯(大頭菜、中排肉)	芋泥包(芋泥包) 麥茶 (大麥、糖)
12/27 (二)	蔥抓餅、鮮奶	海苔香鬆飯(白米、海苔香鬆)、聖女小番茄 泰式檸檬石斑魚(石斑魚、魚露、檸檬汁、九層塔、紅辣椒、老薑、洋蔥) 白菜肉片(包心白菜、紅蘿蔔、老薑、生鮮木耳、梅花肉片) 蒜炒有機青松菜(紅蘿蔔、青松菜、大蒜) 菇菇蛋花貢丸湯(雪白菇、鴻喜菇、香菇貢丸、雞蛋、青蔥)	玉米濃湯 (玉米粒、玉米醬、雞蛋)
12/28 (三)	火龍果、優酪乳	意麵(鍋燒意麵) 海鮮炒意麵(青蔥、蝦仁、胡蘿蔔、魷魚圈、洋蔥、大蒜、鮮香菇、沙茶醬) 關東煮(米血、甜玉米、白蘿蔔、味噌、柴魚片、嫩油豆腐、海山醬) 蒜炒高麗菜(高麗菜、紅蘿蔔、大蒜) 紫菜蛋花湯(乾紫菜、雞蛋、青蔥)、保久乳	八寶粥(綜合豆類、紫米、小米、白米、糖)
12/29 (四)	葡萄、豆漿	地瓜飯(紅地瓜、白米)、橘子 蒜泥白肉(梅花肉片、五花肉片、豆芽菜、大蒜、紅辣椒、醬油膏) 芹香豆乾(芹菜、白精靈菇、五香豆乾、大蒜、紅蘿蔔) 薑炒有機蜜雪兒白菜(蜜雪兒白菜、老薑、豆菊) 茼蒿鹹湯圓湯(茼蒿、紅蔥頭、腿肉絲、蝦米、鮮香菇、紅白小湯圓)	雞絲麵(雞絲麵、香菇、豬絞肉、紅蘿蔔絲、小白菜、蛋)
12/30 (五)	奇異果、鮮奶	白飯(白米)、沙茶油菜(油菜、沙茶醬、大蒜) 現炸翅小腿(翅小腿、地瓜粉) 筍乾滷油豆腐(嫩油豆腐、筍乾、老薑、紅辣椒、鮮香菇) 白蘿蔔豬骨湯(白蘿蔔、中排肉、老薑)	玉米瘦肉粥 (玉米、豬絞肉、香菇、小白菜)

承辦人：

教保員 謝敏文

主任：

教師兼任 潘怡君  
幼兒園主任

午餐執秘：

護理師 郭秋貝

校長：

臺南市七股區 方婉真  
後港國小校長