

## 臺北市中山區長安國民小學附設幼兒園 109 年 12 月營養餐點表

\*本園一律使用國產豬、牛肉食材

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
12/1	二	菠蘿小麵包+鮮奶	紅燒肉+涼拌黃豆芽+青菜+海帶結排骨湯+水果	蕃茄大白菜冬粉
12/2	三	生日蛋糕+鮮奶	日式炒烏龍+日式蒸蛋+青菜+南瓜濃湯+水果	蘿蔔糕+豆漿
12/3	四	鍋燒意麵	三杯雞+紅蘿蔔炒蛋+青菜+味噌魚片湯+水果	芋頭西米露
12/4	五	皮蛋瘦肉粥	叉燒肉+腐皮燒白菜+青菜+黃瓜排骨湯+水果	好豆饅頭+米漿
12/7	一	高麗菜包+鮮奶	瓜仔肉+玉米蝦仁+青菜+香菇菜頭湯+水果	水煮蛋+蔬菜湯
12/8	二	玉米雞茸粥	蒜香鮮魚+鮮菇炒蛋+青菜+金針肉絲湯+水果	鮮蔬雞絲麵
12/9	三	<b>校外教學</b>		紅豆麵包+鮮奶
12/10	四	奶酥麵包+鮮奶	栗子燒雞+芹菜干絲+青菜+青木瓜排骨湯+水果	水果餐
12/11	五	水餃+味噌湯	醬爆雞柳+咖哩洋芋+青菜+青菜豆腐湯+水果	黑糖饅頭+豆漿
12/14	一	絲瓜蛋花麵線	黃瓜拌雞絲+螞蟻上樹+青菜+海芽蛋花湯+水果	綠豆薏仁湯
12/15	二	雙層起司三明治+鮮奶	蒜泥白肉+毛豆蝦仁+青菜+薑絲冬瓜湯+水果	芙蓉麵線
12/16	三	榨菜肉絲麵	糖醋雞丁+滷蘿蔔+青菜+玉米排骨湯+水果	芋頭糕+米漿
12/17	四	小黑饅頭+豆漿	滷翹腿+鮪魚蔥蛋+青菜+番茄蛋花湯+水果	海鮮湯板條
12/18	五	黑糖地瓜湯	夏威夷炒飯+香菇豆腐+青菜+蘿蔔大骨湯+水果	起司麵包+鮮奶
12/21	一	清粥小菜	香菇肉燥+白菜冬粉+青菜+牛蒡排骨湯+水果	通心粉濃湯
12/22	二	味噌拉麵	蒜香蛤蜊義大利麵+滷翹腿+青菜+玉米濃湯+水果	牛奶花生仁湯
12/23	三	金絲捲+米漿	古早味炒麵+什錦滷味+青菜+蓮藕排骨湯+水果	原味杯子蛋糕+鮮奶
12/24	四	紅豆吐司+鮮奶	馬鈴薯燒肉+涼拌素雞+青菜+三菇鮮湯+水果	米苔目鹹湯
12/25	五	蔬菜魚片粥	<b>聖誕大餐</b>	
12/28	一	鮮蔬雞絲麵	壽喜燒+薑絲木耳+青菜+香菇雞湯+水果	芋頭米粉湯
12/29	二	起司條麵包+鮮奶	油飯+紅絲炒蛋+青菜+冬瓜薑絲湯+水果	紅豆紫米粥
12/30	三	蘿蔔鹹粥	筍絲燒肉+洋蔥炒蛋+青菜+紫菜蛋花湯+水果	原味蛋餅+豆漿
12/31	四	糙米排骨粥	雞肉親子丼+蔥燒豆腐+青菜+羅宋湯+水果	蒸地瓜+鮮奶