

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 | 校外教學 | | | 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 | 聖誕大餐 | | |
| 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 | |