



日期	星期	上午點心	午餐附餐	下午點心	主廚	營養成分
12/2	一	廣東粥		水果大餐	葉芸均	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/3	二	法式火腿起士三明治 黑芝麻豆漿	美味 水果	味增豬肉拉麵		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/4	三	紅燒羊肉爐		波蘿奶油麵包 優酪乳		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/5	四	水餃 蕃茄豆腐蛋花湯		銀耳蓮子湯		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/6	五	生日蛋糕 蕎麥茶		玉米濃湯		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/9	一	黃瓜瘦肉粥		水果大餐	黃宥潔	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/10	二	紅豆包 鮮奶	美味 水果	米苔目湯		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/11	三	奶油培根義大利麵		熱狗麵包 鮮奶		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/12	四	海鮮燒賣 白菜肉羹湯		雙色甜湯圓		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/13	五	叻仔魚蛋炒飯		墨西哥咖啡麵包 無糖豆漿		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/16	一	香菇雞肉粥		水果大餐	林梅蘭	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/17	二	香甜地瓜湯	美味 水果	煎蘿蔔糕 米漿		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/18	三	雞絲麵		楓糖牛角 優酪乳		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/19	四	綠豆仁西米露		肉骨茶麵		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/20	五	夏威夷炒飯		叉燒包 鮮奶		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/23	一	魚片粥		水果大餐	黃惠卿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/24	二	小籠包 無糖豆漿	美味 水果	小米粥		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/25	三	鴨肉冬粉		燻雞三明治 鮮奶		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/26	四	青木瓜排骨湯		芝麻花生湯圓		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/27	五	豬肉燴飯		黑糖捲 優酪乳		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/30	一	敏豆粥		水果大餐	葉芸均	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
12/31	二	綜合火鍋湯	美味水果	蔥花肉鬆麵包 鮮豆漿		<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類

◎對上述食材易過敏者，請務必告知各班老師 ◎餐點以現場實際提供為主。

◎本菜單參考新北市幼兒教育資源網、新北市政府衛生局幼兒園示範食譜。

