新北市中和區中和國小附設幼兒園109學年度第一學期十二月份幼兒餐點設計表

日期	星期	早上點心	午餐						下午點心	全穀根莖類	豆魚肉	蔬菜類	水果類
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果					
12月1日	二	生日蛋糕 決明子茶	三寶 燕麥飯	紅燒豆輪	咖哩蘿蔔	有機 蔬菜	海帶芽 蛋花湯	時令 水果	水煮玉米	✓	✓	✓	✓
12月2日	三	鮮奶小饅頭 無糖紅豆茶	地瓜飯	香煎鯛魚	海結 燒素雞	有機 蔬菜	木耳紅棗 雞湯	時令 水果	全麥起司吐司 純濃燕麥	✓	✓	✓	✓
12月3日	四	鮮蔬肉末粥	白飯	台式滷肉	洋蔥炒蛋	有機 蔬菜	羅宋湯	時令 水果	薑汁花生豆花	✓	✓	✓	✓
12月4日	五	高麗菜包 牛奶	紫米飯	蔥爆豬柳	金莎豆腐	有機 蔬菜	結頭菜 貢丸湯	時令 水果	大滷麵	✓	✓	✓	✓
12月7日	一	奶油小餐包 福樂牛乳	香菇肉絲麵疙瘩/有機蔬菜/金針菇豆腐湯					時令 水果	油蔥肉燥麵	✓	✓	✓	✓
12月8日	二	枸杞糙米 肉末粥	白飯	紅燒 獅子頭	薑燒南瓜	有機 蔬菜	青菜 豆腐湯	時令 水果	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
12月9日	三	黑糖捲 牛奶	麥片飯	醬燒雞丁	胡瓜炒 木耳肉絲	有機 蔬菜	蘿蔔 肉片湯	時令 水果	蔬菜餅乾 義美雞蛋豆奶	✓	✓	✓	✓
12月10日	四	鮪魚蔬菜粥	芝麻飯	豆酥鱈魚	鵪鶉蛋 白菜滷	有機 蔬菜	玉米濃湯	時令 水果	綠豆角麥湯	✓	✓	✓	✓
12月11日	五	鮮肉包 無糖麥茶	胚芽飯	豆鼓排骨	蔥花煎蛋	有機 蔬菜	薏仁雞湯	時令 水果	蔬菜蛋花 雞絲麵	✓	✓	✓	✓
12月14日	一	波羅麵包 光泉牛乳	吻仔魚蛋炒飯/有機蔬菜/高麗菜肉片湯					時令 水果	客家粄條	✓	✓	✓	✓
12月15日	二	廣東粥	地瓜飯	瓜子肉燥	小黃瓜炒 玉米筍	有機 蔬菜	白玉 排骨湯	時令 水果	芋頭鮮奶 西米露	✓	✓	✓	✓
12月16日	三	小花捲 無糖糙米茶	黎麥飯	醬燒 棒棒腿	菜脯蛋	有機 蔬菜	洋蔥鮮菇 雞湯	時令 水果	烤煎餅 低糖鮮豆漿	✓	✓	✓	✓
12月17日	四	紅蘿蔔 排骨粥	白飯	香煎鮭魚	肉絲 炒雙花	有機 蔬菜	味增 豆腐湯	時令 水果	地瓜山藥 甜湯	✓	✓	✓	✓
12月18日	五	鮮奶小饅頭 牛奶	糙米飯	台式滷肉	咖哩 馬鈴薯	有機 蔬菜	番茄 排骨湯	時令 水果	雞茸蔬菜拉麵	✓	✓	✓	✓
12月21日	一	可頌麵包 義美牛乳	蘑菇雞肉炒烏龍/有機蔬菜/紫菜蛋花湯					時令 水果	冬至甜湯圓	✓	✓	✓	✓
12月22日	二	及第粥	紫米飯	蠔油肉片	美白菇 炒蛋	有機 蔬菜	黃瓜 排骨湯	時令 水果	大燕麥片 牛奶	✓	✓	✓	✓
12月23日	三	雞蛋小饅頭 紅藜糙米茶	白飯	香煎 白北魚	四季豆 炒肉末	有機 蔬菜	蛤蠣雞湯	時令 水果	義美蘇打餅 義美葡萄汁	✓	✓	✓	✓
12月24日	四	銀魚鮮菇粥	小米飯	香滷 棒棒腿	豆輪 燒白菜	有機 蔬菜	冬瓜 排骨湯	時令 水果	蔬菜餛飩湯	✓	✓	✓	✓
12月25日	五	**聖誕節餐盒**								✓	✓	✓	✓
12月28日	一	肉鬆三明治 福樂牛乳	翡翠肉絲蛋炒飯/有機蔬菜/冬瓜排骨湯					時令 水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
12月29日	二	結頭菜鹹粥	薏仁飯	糖醋 豬里肌	紅絲炒蛋	有機 蔬菜	南瓜番茄 濃湯	時令 水果	甜不辣湯	✓	✓	✓	✓
12月30日	三	雜糧小饅頭 牛奶	白飯	香煎鱈魚	甜豆 炒肉末	有機 蔬菜	山藥 排骨湯	時令 水果	香Q碗粿	✓	✓	✓	✓
12月31日	四	芋頭香菇粥	三寶 燕麥飯	高昇排骨	醬燒豆包	有機 蔬菜	香菇玉米 筍雞湯	時令 水果	花生薏仁 牛奶湯	✓	✓	✓	✓

園內肉品源自台灣糖業股份有限公司畜殖事業部生鮮肉品工廠

製表人　　幼兒園主任　　校長(園長)