

臺南市鹽水區歡雅國民小學附設幼兒園 110 學年度第一學期 12 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐					水果	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	主菜	主菜一	主菜二	主菜三						
12/01	三	豆芽麵/豬血湯	白米飯	有機青松菜	高麗菜 玉米湯			芭樂	餛飩蛋花湯	✓	✓	✓	✓
12/02	四	榨菜湯麵	小米飯	小魚乾 炒豆干	鯖魚 聰明蛋	有機青松菜	味噌 蔬菜湯	香蕉	茶葉蛋	✓	✓	✓	✓
12/03	五	車輪餅(紅豆)/ 豆漿	五穀飯	茄香肉躁	大黃瓜 燴菇	有機翠白菜	芋頭 西米露	蘋果	擔仔麵	✓	✓	✓	✓
12/06	一	油飯/蛋花湯	白米飯	泡菜豬肉	海帶干絲	香炒 青江菜	榨菜 肉絲湯	柳丁	果醬吐司	✓	✓	✓	✓
12/07	二	肉羹麵	紫米飯	香菇雞肉	洋蔥炒蛋	有機油菜	金瓜 排骨湯	西瓜	水餃/蔬菜湯	✓	✓	✓	✓
12/08	三	饅頭夾蛋/豆漿	刀削麵	紅燒 豬肉麵	有機小白菜	茶葉蛋		香瓜	蜂蜜蛋糕/冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
12/09	四	虱目魚粥	小米飯	三杯魚丁	麵筋燒 白菜	有機黑葉白菜	冬瓜 蛤蜊湯	橘子	生日蛋糕	✓	✓	✓	✓
12/10	五	壽司/味噌湯	五穀飯	醬爆雞丁	水蓮 炒肉絲	有機青江菜	刺瓜 大骨湯	火龍果	米苔目	✓	✓	✓	✓
12/13	一	餐包/米漿	白米飯	山藥滷肉	金黃玉米	有機小白菜	麻油雞湯	柳丁	廣東粥	✓	✓	✓	✓
12/14	二	鍋燒意麵	紫米飯	鳳梨燒雞	沙茶 金針菇	紅絲 高麗菜	番茄 蛋花湯	西瓜	果醬吐司	✓	✓	✓	✓

日期	星期	上午點心	午 餐					水果	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	主菜	主菜一	主菜二	主菜三						
12/15	三	炒米粉/蛋花湯	香Q 烏龍麵	香炒 烏龍	有機 小白菜	蘿蔔 黑輪湯		香瓜	茶葉蛋/麥茶	✓	✓	✓	✓
12/16	四	豆芽麵/味噌湯	小米飯	香酥 杏鮑菇	紅蘿蔔 炒蛋	有機 翠白菜	豆腐 味噌湯	蘋果	燒賣/蔬菜湯	✓	✓	✓	✓
12/17	五	肉包/豆漿	五穀飯	黑胡椒 肉片	大白菜 炒年糕	有機 小松菜	綠豆 地瓜湯	芭樂	布丁西谷米	✓	✓	✓	✓
12/20	一	高麗菜滑蛋粥	白米飯	瓜仔肉	彩蔬炒蛋	菠菜	冬瓜 大骨湯	柳丁	一口餃/冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
12/21	二	豆皮壽司/ 味噌湯	紫米飯	滷雞翅	螞蟻上樹	有機油菜	五行 小湯圓	西瓜	珍珠丸子/蔬菜湯	✓	✓	✓	✓
12/22	三	餐包/豆漿	鍋燒意麵	有機 小白菜	鍋貼			香瓜	餛飩蛋花湯	✓	✓	✓	✓
12/23	四	炒飯/蛋花湯	小米飯	芹菜紅絲 豆包	杏鮑菇 炒蛋	有機 青江菜	白蘿蔔 魚丸湯	香蕉	米苔目	✓	✓	✓	✓
12/24	五	黑糖饅頭/豆漿	大亨堡	黑胡椒 豬柳	薯泥	涼拌 小黃瓜	玉米濃湯	芭樂	仙草珍珠粉條	✓	✓	✓	✓
12/27	一	海苔飯糰/豆漿	白米飯	筍干滷肉	黑木耳紅 蘿蔔炒蛋	香炒青江	白蘿蔔 排骨湯	柳丁	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
12/28	二	果醬吐司/麥茶	紫米飯	冬瓜燒雞	麻婆豆腐	紅絲 高麗菜	紫菜 蛋花湯	香瓜	一口餃/冬瓜茶	✓	✓	✓	✓

日期	星期	上午點心	午 餐					水果	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	主菜	主菜一	主菜二	主菜三						
12/29	三	豆芽麵/豬血湯	牛排麵	茄汁義大利麵	有機青江菜	南瓜濃湯		香蕉	麵包	✓	✓	✓	✓
12/30	四	鍋燒意麵	小米飯	鳳梨蔭魚丁	翠瓜燴鳥蛋	有機芥藍菜	蔬菜味噌湯	蘋果	饅頭夾蛋/冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
12/31	五	元旦連休											

★本園一律使用國產 CAS 豬、雞肉食材。

承辦人：

園主任：

校(園)長：