

新北市新店區青潭國小附設幼兒園113學年度第一學期 第08至10週餐點檢核表

週次	日期	星期	上午點心		午餐					下午點心		餐點類別檢核			
					主食	主菜	配菜一	配菜二	湯品			全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
第八週	10月14日	一	馬來糕	鮮豆漿	白飯	打拋豬	蔥燒豆腐	有機蔬菜	香菇雞湯	湯飯條	時令水果	√	√	√	√
	10月15日	二	芋香鹹粥		五穀飯	南瓜燉肉	百頁燴香菇	有機蔬菜	玉米排骨湯	青菜豆腐湯	時令水果	√	√	√	√
	10月16日	三	鍋燒雞絲麵		白菜什錦燴飯		豆干炒肉片	有機蔬菜	肉骨茶	什錦細粉	時令水果	√	√	√	√
	10月17日	四	香菇瘦肉粥		燕麥飯	炒三鮮	玉米炒絞肉	有機蔬菜	海帶芽豆腐味噌湯	紫米養生粥	時令水果	√	√	√	√
	10月18日	五	三絲冬粉湯		胚芽飯	杏鮑菇燴肉	高麗菜蛋	有機蔬菜	山藥雞湯	蔓越莓貝果	時令水果	√	√	√	√
第九週	10月21日	一	香菇肉羹麵線		白飯	回鍋肉	乾煸四季豆	有機蔬菜	馬鈴薯排骨湯	雲吞湯	時令水果	√	√	√	√
	10月22日	二	油豆腐細粉		五穀飯	三杯雞	玉米洋葱炒蛋	有機蔬菜	檸檬愛玉	番茄鱈魚蔬烏龍	時令水果	√	√	√	√
	10月23日	三	皮蛋瘦肉粥		大滷麵		洋葱豬柳	有機蔬菜	美味地瓜	時令水果	√	√	√	√	
	10月24日	四	擔仔麵		燕麥飯	鵝鶖蛋滷肉燥	蘑菇燒豆腐	蘿蔔玉米湯		綠豆薏仁	時令水果	√	√	√	√
	10月25日	五	覓菜小魚粥		胚芽飯	蒜泥白肉	芹菜三絲	有機蔬菜	菇菇蛋花湯	起司火腿吐司	時令水果	√	√	√	√
第十週	10月28日	一	芋香米粉湯		白飯	糖醋肉片	紅燒豆腐	有機蔬菜	羅宋湯	榨菜肉絲麵	時令水果	√	√	√	√
	10月29日	二	番茄雞蛋烏龍		五穀飯	蔥爆雞丁	香油蘿蔔	有機蔬菜	地瓜西米露	味噌拉麵	時令水果	√	√	√	√
	10月30日	三	肉丁雞蛋粥		義式蕃茄肉醬麵		紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	玉米濃湯	金針冬粉	時令水果	√	√	√	√
	10月31日	四	蛋汁雞絲麵		燕麥飯	清蒸鯛魚片	炒百菇	有機蔬菜	海苔湯	紅豆湯圓	時令水果	√	√	√	√
	11月1日	五	田園蔬菜粥		胚芽飯	番茄燉肉	毛豆乾丁	有機蔬菜	蓮藕排骨湯	波蘿麵包	時令水果	√	√	√	√

※ 本餐點表設計依據為「幼兒園餐點食物內容及營養基準(109.12.28修訂)」。
※ 本餐點表報請單位主管核準後實施。

※ 本學期餐點表經餐點會議討論結果，將以五週為一週期，採循環菜單制。

※「本園一律使用國產豬食材」、「本園未使用輻射污染食品」。

※每日供應餐點總熱量共約700卡。

※餐點內容依季節或活動偶會有適時調整，僅供參考。若幼生有特殊需求，請事先主動告知班級教師。

※餐點內容含有花生、牛奶、蛋、堅果、含麩質之穀物、大豆、魚類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用，請自行留意並事先告知！