

新北市新店區青潭國小附設幼兒園114學年度第一學期 第03至05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03週	9月15日	一	芝麻包	鮮豆漿	白飯	糖醋肉片	蔥燒豆腐	有機蔬菜	麻油雞湯	湯飯條	時令水果	V	V	V	V
	9月16日	二	芋香鹹粥		五穀飯	蔥爆雞丁	金菇炒肉絲	有機蔬菜	地瓜西米露	青菜豆腐湯	時令水果	V	V	V	V
	9月17日	三	番茄雞蛋烏龍		白飯	南瓜燉肉	香滷蘿蔔	有機蔬菜	玉米排骨湯	魚丸冬粉湯	時令水果	V	V	V	V
	9月18日	四	蛋汁雞絲麵		胚芽飯	炒三鮮	玉米炒絞肉	有機蔬菜	海帶芽豆腐味噌湯	紫米養身粥	時令水果	V	V	V	V
	9月19日	五	菇菇瘦肉粥		白飯	杏鮑菇滷肉	菜脯蛋	有機蔬菜	山藥雞湯	紅蘿蔔吐司	時令水果	V	V	V	V
第04週	9月22日	一	三絲冬粉湯		白飯	回鍋肉	大黃瓜炒丸子	有機蔬菜	馬鈴薯排骨湯	雲吞湯	時令水果	V	V	V	V
	9月23日	二	皮蛋瘦肉粥		五穀飯	三杯雞	玉米洋蔥炒蛋	有機蔬菜	檸檬愛玉	番茄鮑魚蔬烏龍	時令水果	V	V	V	V
	9月24日	三	生日蛋糕	鮮奶	白飯	白菜什錦燴飯	滷味	有機蔬菜	肉骨茶	鍋燒雞絲麵	時令水果	V	V	V	V
	9月25日	四	萵菜小魚粥		燕麥飯	鵝鶉蛋滷肉燥	芹菜三絲	有機蔬菜	蘿蔔玉米湯	綠豆薏仁	時令水果	V	V	V	V
	9月26日	五	擔仔麵		胚芽飯	蒜泥白肉	蘑菇燒豆腐	有機蔬菜	菇菇蛋花湯	全麥葡萄餐包	時令水果	V	V	V	V
第05週	9月29日	一													
	9月30日	二	肉丁雞蛋粥		五穀飯	番茄燉肉	紅燒冬菇	有機蔬菜	羅宋湯	香菇肉絲麵	時令水果	V	V	V	V
	10月1日	三	芋頭米粉湯		義式蕃茄肉醬麵		炒百菇	有機蔬菜	玉米濃湯	美味地瓜	時令水果	V	V	V	V
	10月2日	四	田園蔬菜粥		燕麥飯	清蒸鯛魚片	毛豆乾丁	有機蔬菜	海苔湯	紅豆牛奶	時令水果	V	V	V	V
	10月3日	五	味噌拉麵		胚芽飯	醬瓜絞肉	高麗菜炒蛋	有機蔬菜	牛蒡排骨湯	帕瑪森乳酪	時令水果	V	V	V	V

※ 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！