

臺南市私立資優生幼兒園 113學年度 12月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐			下午點心	全穀根	豆魚肉	蔬菜類	水果類
			主食	主餐	水果					
12/2	一	玉米粥(玉米、紅蘿蔔)	關廟麵	大滷肉(肉絲、冬白菜、紅蘿蔔、黑木耳、香菇、蛋)	蘋果	黑糖山粉圓	○	○	○	○
12/3	二	芋頭饅頭、牛奶	糙米飯	海帶燒肉(雞丁、海帶根、紅蘿蔔)，炒長豆，金針菇蛋花湯	芭樂	薏仁甜湯	○	○	○	○
12/4	三	鯛魚湯麵(鯛魚、小白菜)	白飯	香菇豆輪滷肉燥(香菇、絞肉、豆輪)，豆薯炒蛋，鮭魚味噌豆腐湯	蘋果	關東煮(米血、甜不辣、白蘿蔔)	○	○	○	○
12/5	四	奶酥吐司、豆漿	燕麥飯	梅干滷肉(梅乾菜、絞肉)，蘿蔔乾炒蛋，丁香魚蔬菜湯(丁香魚、空心菜)	柳丁	雞絲麵	○	○	○	○
12/6	五	貢丸蔬菜粥(貢丸、青江菜)	白飯	火腿蛋炒飯(火腿、蛋、高麗菜、洋蔥、三色豆)，吻仔魚莧菜湯	柳丁	紅豆湯	○	○	○	○
12/9	一	蔬菜湯麵(關廟麵、肉絲、高麗菜)	胚芽飯	馬鈴薯燒肉(雞丁、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥)，海帶芽炒蛋，冬瓜排骨湯	芭樂	冬瓜西米露	○	○	○	○
12/10	二	黑糖饅頭、牛奶	小米飯	蟻蟻上樹(冬粉、絞肉、高麗菜、香菇)，番茄炒蛋，酸菜肉絲湯	蘋果	蘿蔔糕湯(蘿蔔糕、菠菜)	○	○	○	○
12/11	三	山藥枸杞肉末粥	關廟麵	什錦炒麵(絞肉、高麗菜、香菇、紅蘿蔔、豆芽菜)，蔬菜豆腐湯(小白菜、豆腐)	蘋果	小米粥	○	○	○	○
12/12	四	葡萄乾吐司、豆漿	白飯	雞肉滷南瓜(雞丁、南瓜)，大黃瓜炒蛋，蘿蔔排骨湯	芭樂	小卷米粉(小卷、米粉、芹菜)	○	○	○	○
12/13	五	冬粉肉絲湯(冬粉、肉絲、小白菜)	意麵	鍋燒意麵(肉絲、魚板、魚丸、小白菜)	蘋果	綠豆湯	○	○	○	○
12/16	一	蔬菜湯餃(水餃、豆芽菜、韭菜)	白飯	雞絲菇菇飯(香菇、雞絲、杏鮑菇、金針菇、黑木耳)，炒后龍菜，紫菜蛋花湯	蘋果	玉米濃湯(馬鈴薯、玉米、蛋)	○	○	○	○
12/17	二	雞蛋饅頭、牛奶	五穀飯	雞肉滷紅白蘿蔔(雞丁、紅白蘿蔔)，炒蒲瓜，青木瓜魚湯(青木瓜、鯛魚)	蘋果	芋頭地瓜湯	○	○	○	○
12/18	三	鮭魚蔬菜粥(鮭魚、青江菜)	糙米飯	麻婆豆腐(絞肉、豆腐、青豆仁)，炒空心菜，冬瓜蛤蜊湯	芭樂	紫米粥	○	○	○	○
12/19	四	鮮奶吐司、豆漿	白飯	筍乾滷肉(筍乾、五花肉丁)，紅蘿蔔炒蛋，香菇雞湯	芭樂	愛玉甜湯	○	○	○	○
12/20	五	雞蛋麵線(麵線、蛋)	白飯	咖哩雞肉飯(雞丁、洋蔥、馬鈴薯、紅蘿蔔、玉米、青豆仁)，丁香魚結頭菜湯	芭樂	冬瓜粉圓	○	○	○	○
12/23	一	芋頭鹹粥(芋頭、芹菜)	小米飯	沙茶豬肉燻飯(肉絲、青江菜、洋蔥、紅蘿蔔)，牛蒡排骨湯	蘋果	綠豆仁西米露	○	○	○	○
12/24	二	芝麻饅頭、牛奶	白飯	干絲炒肉絲(肉絲、干絲、紅蘿蔔)，絲瓜炒蛋，榨菜肉絲湯	芭樂	南瓜甜粥	○	○	○	○
12/25	三	蔬菜餛飩湯(油菜、餛飩)	白飯	冬瓜燒肉(雞丁、冬瓜、豆輪)，塔香海茸，黃豆芽排骨湯	芭樂	銀耳甜湯(白木耳)	○	○	○	○
12/26	四	紅豆吐司、豆漿	五穀飯	油豆腐滷肉燥(絞肉、油豆腐、紅蘿蔔)，炒四寶(玉米、毛豆、紅蘿蔔、芋頭)，豆薯蛋花湯	芭樂	魚丸米粉湯(魚丸、大白菜)	○	○	○	○
12/27	五	蘿蔔粥(白蘿蔔、蝦皮)	雞絲麵	鍋燒雞絲麵(黑輪、魚板、蟹味棒、小白菜、餛飩)	蘋果	黑糖仙草蜜	○	○	○	○
12/30	一	香菇肉絲湯麵(香菇、肉絲、關廟麵)	白飯	吻仔魚炒飯(吻仔魚、毛豆仁、玉米、高麗菜)，番茄蛋花湯	柳丁	紅豆薏仁	○	○	○	○
12/31	二	鮮奶饅頭、牛奶	燕麥飯	滷肉丸子(絞肉、紅蘿蔔、蔥)，炒高麗菜，玉米蛋花湯	柳丁	芋頭西米露	○	○	○	○

本園一律使用國產豬肉、雞肉，請安心使用。

※水果依時令、季節有時會更換，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！