

新國際幼兒園 113 學年度(上)12 月份餐點表

本園一律使用國產豬肉食材

日期/星期	早上點心	每日均含 1. 五穀根莖類 2. 奶蛋魚肉豆類 3. 蔬菜 4. 水果，四大類營養素	下午點心
12月2日(一)	玉米片/牛奶	鮭魚蔬菜蛋炒飯、香菇雞湯、水果	蛋花湯餃
12月3日(二)	絲瓜麵線	紅藜麥飯、鮮菇燒雞、時令蔬菜、冬瓜排骨湯、水果	鳳梨檸檬愛玉
12月4日(三)	小饅頭/豆漿	小米飯、紅蘿蔔滷肉、時令蔬菜、蒜頭雞湯、水果	燕麥奶
12月5日(四)	玉米蛋粥	紫米飯、南瓜栗子燒雞、時令蔬菜、味噌海帶湯	水果
12月6日(五)	蚵仔麵線	咖喱洋蔥馬鈴薯雞肉燴飯、水果	紅豆餅
12月9日(一)	玉米片/牛奶	蝦仁肉絲蛋炒飯、養生菇菇湯、水果	薏仁牛奶
12月10日(二)	清粥小菜	小米飯、蔥爆魚片、時令蔬菜、蘿蔔玉米湯、水果	檸檬山粉圓
12月11日(三)	銀絲捲/豆漿	糙米飯、三杯雞丁、時令蔬菜、山藥排骨湯、水果	芹菜貢丸湯
12月12日(四)	菠菜魚肉粥	紅藜麥飯、洋蔥炒肉片、時令蔬菜、紅棗枸杞雞湯	水果
12月13日(五)	雞肉冬粉	海鮮蔬菜湯飯、水果	草莓牛奶土司
12月16日(一)	玉米片/牛奶	麻油雞丁蔬菜炒飯、紫菜蛋花湯、水果	紅豆湯
12月17日(二)	蚵仔粥	紫米飯、蔥爆肉、時令蔬菜、菱角排骨湯	水果
12月18日(三)	兔子包/豆漿	小米飯、馬鈴薯燉肉、時令蔬菜、香菇雞湯、水果	玉米濃湯
12月19日(四)	芋頭肉末粥	糙米飯、紅燒排骨、時令蔬菜、柴魚味噌豆腐湯	水果
12月20日(五)	肉燥冬粉湯	鮭魚蔬菜麵疙瘩、水果	藍莓麵包
12月23日(一)	玉米片/牛奶	高麗菜肉絲蛋炒飯、薑絲蛤蜊湯	水果
12月24日(二)	燕麥粥	紅燒豬肉湯飯、水果	雞絲蛋麵
12月25日(三)	銀絲捲/豆漿	小米飯、三杯雞丁、時令蔬菜、蒜頭蛤蜊雞湯、水果	燒仙草
12月26日(四)	菠菜肉末粥	紫米飯、紅燒魚肉、時令蔬菜、玉米排骨湯、水果	綠豆湯
12月27日(五)	雞肉冬粉	高麗菜味噌蛤蜊拉麵湯、水果	蘋果麵包
12月30日(一)	玉米片/牛奶	南瓜炒米粉、芹菜魚丸湯、水果	紫米紅豆
12月31日(二)	雞蛋粥	糙米飯、海帶結滷肉、時令蔬菜、當歸雞湯	水果

★本園餐點視幼兒所需之營養素與熱量為前提，口味以清淡自然為主，選用健康、營養、自然的食物，且在烹調過程中少油、少鹽、不油炸，讓孩子吃的開心、吃的均衡、吃得健康。

