

高雄市私立新國際幼兒園 114 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	下午點心
12 月 1 日(一)	玉米片/牛奶	鮪魚蔬菜蛋炒飯、香菇雞湯、水果	燕麥奶
12 月 2 日(二)	雞蛋粥	紅藜麥飯、鮮菇燒雞、時令蔬菜、養生菇菇湯	水果愛玉
12 月 3 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	蛋花湯餃
12 月 4 日(四)	玉米蛋粥	紫米飯、南瓜栗子燒雞、時令蔬菜、大黃瓜肉片湯	水果
12 月 5 日(五)	蚵仔麵線	咖喱洋蔥馬鈴薯豬肉燴飯、水果	杯子蛋糕
12 月 8 日(一)	玉米片/牛奶	蝦仁肉絲蛋炒飯、冬瓜排骨湯、水果	薏仁湯
12 月 9 日(二)	蔬菜雞絲麵	糙米飯、芋頭燉肉、時令蔬菜、玉米排骨湯、水果	檸檬山粉圓
12 月 10 日(三)	銀絲捲/豆漿	麻油雞高麗菜細麵湯	貢丸蛋花湯
12 月 11 日(四)	菠菜魚肉粥	紅藜麥飯、螞蟻上樹、時令蔬菜、紫菜蛋花湯、水果	餅乾、麥茶
12 月 12 日(五)	雞肉冬粉	海鮮蔬菜湯飯、水果	草莓牛奶土司
12 月 15 日(一)	玉米片/牛奶	高麗菜水餃、玉米排骨湯、水果	蘋果麵包
12 月 16 日(二)	蚵仔粥	紫米飯、打拋豬、時令蔬菜、菱角排骨湯	鍋燒雞絲麵
12 月 17 日(三)	兔子包/豆漿	小米飯、馬鈴薯燉肉、時令蔬菜、四神湯、水果	芝麻牛奶麥片
12 月 18 日(四)	芋頭肉末粥	糙米飯、彩椒糖醋軟骨、時令蔬菜、雕魚豆腐味噌湯	水果
12 月 19 日(五)	玉米濃湯	鹽水意麵、小白菜餛飩湯、水果	紅豆湯圓
12 月 22 日(一)	玉米片/牛奶	高麗菜肉絲蛋炒飯、蘿蔔貢丸湯	綠豆湯
12 月 23 日(二)	燕麥粥	番茄紅燒豬肉拉麵、水果	南瓜濃湯
12 月 24 日(三)	銀絲捲/豆漿	小米飯、三杯雞、時令蔬菜、蛤蜊湯、水果	燒仙草
12 月 25 日(四)	菠菜肉末粥	糙米飯、麵腸燉肉、時令蔬菜、玉米排骨湯	茶葉蛋
12 月 26 日(五)	雞肉冬粉湯	高麗菜味噌蛤蜊拉麵湯、水果	牛奶土司
12 月 29 日(一)	玉米片/牛奶	肉燥飯、炒高麗菜、酸菜肉片湯、水果	桂圓粥
12 月 30 日(二)	雞蛋粥	糙米飯、海帶結滷肉、時令蔬菜、當歸雞湯	小餐包
12 月 31 日(三)	黑糖饅頭/豆漿	海鮮高麗菜炒烏龍麵、小白菜魚丸湯	蘋果小米粥

★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。

