

安康幼兒園113年12月份餐點計劃表

週別	日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心	
第一週	12/2	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露	
	12/3	週二	(1)地瓜湯	(1,2)香菇雞肉粥、(3)花椰菜、(4)附餐水果	(1,2,3)味噌什錦麵	
	12/4	週三	(4)水果	(1,2,3)肉醬義大利麵、(3)海帶湯、(4)附餐水果	麥茶、(1,2)肉包	
	12/5	週四	(1)燕麥薏仁粥	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓	
	12/6	週五	(4)水果	(1,2,3)榨菜肉絲麵、(4)附餐水果	(1)地瓜綠豆湯	
第二週	12/9	週一	(1)牛奶燕麥粥	(1,2,3)水餃、(2,3)紫菜蛋花湯、(4)附餐水果	(1)紅豆紫米粥	
	12/10	週二	(1)薏仁湯	(1,2,3)魚丸麵、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1)小米粥	
	12/11	週三	(4)水果	(1,2,3)咖哩雞肉飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)菜包、豆漿	
	12/12	週四	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)日式拉麵(肉片、青菜、海帶)、(4)附餐水果	(1)綠豆湯	
	12/13	週五	(4)水果	(1,2,3)蘿蔔玉米粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦米粉湯	
第三週	12/16	週一	(1)玉米濃湯	(1,2,3)滑蛋素肉粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦冬粉湯	
	12/17	週二	(1)薏仁燕麥粥	(1,2,3)百菇什錦麵、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露	
	12/18	週三	水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(3)青菜、(3)海帶芽湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶	
	12/19	週四	(1)綠豆湯	(1,2,3)蒜香義大利麵、(1)玉米濃湯、(4)附餐水果	(1,3)米粉羹	
	12/20	週五	(4)水果	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓(冬至)	
第四週	12/23	週一	(1)牛奶葡萄燕麥粥	(1,2,3)日式味噌麵、(4)附餐水果	(1)QQ地瓜圓	
	12/24	週二	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)瘦肉蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦米粉湯	
	12/25	週三	(4)水果	(1,2,3)洋蔥咖哩豬肉飯、(4)附餐水果	(1,2)肉包、豆漿	
	12/26	週四	(1)地瓜粥	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)玉米小米粥	
	12/27	週五	(4)水果	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1)紅豆湯	
第五週	12/30	週一	(1)玉米濃湯	(1,2,3)魚丸麵、(4)附餐水果	(1)小米粥	
	12/31	週二	(1)薏仁湯	(1,2,3)水餃、(2,3)味噌湯、(4)附餐水果	(1,3)什錦冬粉湯	
	1/1	週三	元旦補休			
	1/2	週四	(1)牛奶玉米脆片	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露	
	1/3	週五	(4)水果	(1,2,3)味噌麵、(4)附餐水果	(1)玉米粥	

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)

2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及4. 水果類等四大類食物。

3. 本園一律使用國產豬肉食材