

台南市私立愛迪生幼兒園
113學年度 第一學期 12月 幼兒餐點表

日	星期	活力早餐	營養午餐	可口點心	餐點類別檢核			
					全穀根	魚肉豆	蔬菜類	水果類
1	日		假日					
2	一	小菜包、決明子茶	蠔油雞肉燴飯 (白米、雞肉、白蘿蔔、大白菜、香菇)	麻油米血	V	V	V	V
3	二	皮蛋瘦肉粥	白醬通心麵、蔬菜蛋花湯 (通心麵、絞肉、三色豆、玉米粒、洋蔥、高麗菜)	香鬆飯團、黑豆茶	V	V	V	V
4	三	沙茶湯麵	糙米飯、香菇肉燥、南瓜蒸蛋、時令青菜、花椰菜湯 (糙米+白米、絞肉、香菇、南瓜)	麥克雞塊、冬瓜檸檬	V	V	V	V
5	四	蘿蔔糕、紫菜湯	木須炒麵、白玉排骨湯 (涼麵、肉絲、香菇、高麗菜、洋蔥、木耳、白蘿蔔)	吐司、玉米濃湯	V	V	V	V
6	五	鍋燒意麵	白飯、腐乳豆包、紅燒海根、時令青菜、肉羹湯 (白米、豆腐乳、炸豆包、海根、肉羹、筍絲、大白菜)	稀飯、肉鬆	V	V	V	V
7	六		假日					
8	日		假日					
9	一	黑糖小饅頭、牛奶	香菇肉羹飯 (白米、里肌肉絲、筍絲、大白菜、香菇)	榨菜肉絲麵	V	V	V	V
10	二	蔬菜米苔目	豬肉蛋漢堡、玉米濃湯 (麵包、漢堡肉、蛋、玉米粒、玉米醬)	仙草蜜	V	V	V	V
11	三	高麗菜肉燥粥	藜麥飯、糖醋肉絲、塔香面腸、時令青菜、皇帝豆玉米筍湯 (藜麥+白米、里肌肉絲、洋蔥、面腸、九層塔)	花生吐司、冬瓜茶	V	V	V	V
12	四	蒸餃、味噌湯		鍋燒烏龍麵	V	V	V	V
13	五	麻油麵線	白飯、瓜仔肉燥、三色豆干、時令青菜、紫菜金針湯 (白米、花瓜、絞肉、豆干、三色豆)	肉鬆吐司、麥茶	V	V	V	V
14	六		假日					
15	日		假日					
16	一	豆沙包、牛奶	什錦湯飯 (白米、里肌肉絲、高麗菜、香菇、魚板)	素香麵線羹	V	V	V	V
17	二	肉燥湯麵	小米飯、菇菇豆腐煲、炒冬粉、時令青菜、枸杞冬瓜湯 (小米+白米、板豆腐、香菇、三色豆、豆芽菜、紅蘿蔔絲)	冬瓜愛玉	V	V	V	V
18	三	鮭魚玉米粥	肉燥乾拌麵、滷蛋、時令青菜、榨菜肉絲湯 (涼麵、絞肉、洋蔥)	草莓吐司、黑糖奶茶	V	V	V	V
19	四	原味小饅頭、豆漿	白飯、馬鈴薯燒雞、芹香豆芽、時令青菜、味噌豆腐湯 (白米、雞肉、馬鈴薯、豆芽菜、芹菜、紅蘿蔔絲)	米粉湯	V	V	V	V
20	五	鍋燒雞絲麵	肉骨茶火鍋 (白米、肉片、白蘿蔔、高麗菜、貢丸、香菇、玉米筍、豆皮、肉骨茶包)	桂圓紅棗小湯圓	V	V	V	V
21	六		假日/冬至/聖誕親子活動					
22	日		假日					
23	一	奶皇包、牛奶	蔬菜蛋炒飯、當歸湯 (白米、高麗菜、玉米粒、青江菜)	吻仔魚粥	V	V	V	V
24	二	餛飩湯麵	咖哩雞肉燴飯、黃瓜竹輪湯 (白米、雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥)	奶酥吐司、牛蒡茶	V	V	V	V
25	三	雞蛋小饅頭、豆漿	燕麥飯、沙茶豬柳、蒜香四季豆、時令青菜、豆薯湯 (燕麥+白米、洋蔥、里肌肉絲)	豆菜麵	V	V	V	V
26	四	南瓜粥	水餃、酸辣湯 (豬肉水餃、紅蘿蔔、香菇、筍絲、木耳、豆腐)	關東煮	V	V	V	V
27	五	雞蛋麵線	白飯、香蔥肉燥、毛豆燴玉米、時令青菜、紫菜魚丸湯 (白米、絞肉、油蔥、毛豆、玉米粒、虱目魚丸)	小麵包-藍莓、決明子茶	V	V	V	V
28	六		假日					
29	日		假日					
30	一	芋泥包、牛奶	地瓜粥、紅蘿蔔炒蛋、肉鬆、時令青菜 (白米、地瓜、玉米粒)	肉燥板條	V	V	V	V
31	二	蘿蔔糕、紫菜湯	大魯麵 (關廟麵、里肌肉絲、木耳、筍絲、大白菜)	八寶粥	V	V	V	V

1. 本園一律使用台灣國產豬肉、本地食材。

2. 餐點及水果皆以時令取得為主、必要時會適時調整(水果每週公告於好校通)。