

臺南市私立凱迪斯幼兒園一一三學年度第一學期十二月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
2	一	果醬吐司 豆漿	白飯、洋蔥炒肉絲、清炒小白菜、皇帝豆排骨湯	蓮霧	八寶粥 (綠豆.紅豆.花豆.薏仁)	√	√	√	√
3	二	小米粥 蔥花蛋	白飯、滷味(白蘿蔔.海帶.麵輪)、燙地瓜葉、貢丸湯	芭樂	黑糖珍珠	√	√	√	√
4	三	肉鬆地瓜粥	水餃(高麗菜、豬肉、蔥)、青菜豆腐湯(小白菜、豆腐)	火龍果	紅棗銀耳	√	√	√	√
5	四	莧菜小魚粥 (莧菜.吻仔魚)	五穀胚芽飯、胡蘿蔔炒蛋、蔥爆豬柳、海帶芽豆腐湯	香蕉	米粉湯	√	√	√	√
6	五	滑蛋麵線	白飯、馬鈴薯燉肉(馬鈴薯、胡蘿蔔、豬肉)、燙大陸妹、黃瓜杏菇湯(大黃瓜、杏鮑菇)	蘋果	芋圓甜湯	√	√	√	√
9	一	銀絲卷 麥茶	鮭魚蛋炒飯(鮭魚.蛋.玉米)、蒜香培根炒高麗菜、不酸不辣湯(木耳、胡蘿蔔、豆腐、筍絲)	橘子	麻油蛋麵線	√	√	√	√
10	二	雞蓉 玉米粥	白飯、瓜仔肉燥(瓜仔.絞肉)、豆芽菜炒豆皮、冬瓜排骨湯	小番茄	檸檬愛玉	√	√	√	√
11	三	南瓜瘦肉粥 (南瓜.絞肉.胡蘿蔔)	台式炒麵(肉絲.豆芽菜.高麗菜.木耳.胡蘿蔔.麵)、金針菇湯	蘋果	紅豆薏仁	√	√	√	√
12	四	皮蛋瘦肉粥 (皮蛋.肉絲.玉米)	五穀胚芽飯、竹筍炒肉絲、香菇炒花椰菜、金針菇蛋花湯	香蕉	關東煮 (米血.甜不辣.白蘿蔔)	√	√	√	√
13	五	絲瓜麵線(絲瓜.蛋.麵線)	白飯、莧菜吻仔魚、三色豆炒絞肉、玉米濃湯	芭樂	餅乾 決明子麥茶	√	√	√	√
16	一	果醬吐司 豆漿	咖哩雞丁飯(雞胸肉、洋蔥、馬鈴薯、胡蘿蔔)、紫菜蛋花湯	香蕉	蘿蔔糕湯	√	√	√	√
17	二	豆腐粉絲煲 (油豆腐、冬粉、高麗菜)	白飯、蒜香油菜、小黃瓜炒黑輪、京醬肉絲、貢丸湯	火龍果	綠豆西米露	√	√	√	√
18	三	鮭魚滑蛋粥	肉羹飯(肉羹、筍絲、大白菜、豆腐、胡蘿蔔、木耳)	香瓜	黑糖粉圓	√	√	√	√
19	四	麻油蛋麵線	雙麥胚芽飯、肉絲豆干、炒青江菜、胡蘿蔔炒蛋、蒜頭雞湯	蘋果	椰香西米露	√	√	√	√
20	五	蔬菜肉末粥 (高麗菜.絞肉)	香菇肉燥飯(香菇.絞肉)、蒜香地瓜葉、四神湯(排骨.藥包)	芭樂	仙草蜜	√	√	√	√
23	一	小饅頭 麥茶	白飯、三杯菇雞(杏鮑菇.雞肉)、蒜香菠菜、番茄黃豆芽湯	水梨	綠豆粉角	√	√	√	√
24	二	翡翠 吻仔魚粥	什錦湯麵(肉絲.高麗菜.木耳.胡蘿蔔.香菇)	棗子	紅豆紫米	√	√	√	√
25	三	魚片蔬菜粥 (鯛魚.高麗菜)	昆布豬肉小火鍋(豬肉片.高麗菜.火鍋料.金針菇.蛤蜊.米血)	蘋果	炸薯條	√	√	√	√
26	四	香菇 玉米粥	五穀胚芽飯、糖醋雞丁、菇滷大白菜、海帶芽炒蛋、	香蕉	餛飩湯	√	√	√	√

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
			薑絲蛤蠣湯						
27	五	小米粥 蔥花蛋	白飯、豆芽菜炒韭菜、 百頁燒肉、山藥雞湯	芭樂	麻油 香菇麵線	√	√	√	√
30	一	古早味鹹粥 (高麗菜.豬絞 肉.香菇)	白飯、螞蟻上樹(冬粉.絞肉.胡 蘿蔔.高麗菜)、 玉米炒蛋、金針菇湯	香蕉	山粉圓	√	√	√	√
31	二	香鬆拌飯 紫菜湯	鍋燒意麵(肉絲、火鍋料、小白 菜、高麗菜、蛤蜊、金針菇)	橘子	玉米濃湯	√	√	√	√

承辦人：林育嫻

園長/負責人：陳雪芬

◎週四午餐提供健康五穀雜糧及有機蔬菜。本園一律使用國產(台灣)豬肉；不使用味精