

## 臺南市學甲區中洲國民小學附設幼兒園 112 年度第一學期

## 12 月份餐點表

※本園一律使用國產豬、牛肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
W14	1 五	香蕉+低糖豆漿	白米飯、咖哩雞丁、扁魚白菜、有機小松菜、竹筴肉絲湯、香蕉	高麗菜肉絲蛋花粥
W15	4 一	柿子片+低糖豆漿	白米飯、泰式檸檬魚、日式蒸蛋、蒜炒花椰菜、蘿蔔玉米湯、葡萄	蔥油餅+米漿
5	二	蘋果片+鮮奶	小米飯、三杯雞、毛豆仁炒芹菜花、有機白菜、貢丸湯、橘子	青江菜雞片湯麵
6	三	香蕉+堅果奶	雞茸玉米粥、蒲燒鯛魚片、黑糖小饅頭、黑胡椒毛豆莢、履歷豆漿	鮮乳黑糖饅頭+芝麻豆漿
7	四	柳丁+優酪乳	小米飯、義式蘑菇雞、螞蟻上樹、蒜炒青江菜蛋鬆白菜湯、柳丁	玉米蛋雞茸粥
8	五	小番茄+優酪乳	白米飯、馬鈴薯燉肉、麻婆豆腐、有機菠菜、高麗菜肉羹湯、小番茄	油菜虱目丸湯
W16	11 一	葡萄+低糖豆漿	白米飯、南瓜咖哩、糖醋豆包、豆芽炒韭菜、沙茶魚羹湯、葡萄	奶皇包+燕麥堅果奶
12	二	香蕉+優酪乳	小米飯、黃金泡菜豬柳、火腿玉米炒蛋、有機青江菜、味噌湯、柳橙	水煮蛋+低糖豆漿
13	三	蘋果片+鮮奶	雞肉絲飯、滷蛋、有機高麗菜、魷魚丸湯、蘋果汁	鯛魚瘦肉粥
14	四	火龍果片+優酪乳	小米飯、蜜汁雞丁、芹菜炒豆干、沙茶悶大白菜酸菜筍絲湯、香蕉	水餃+芝麻豆漿
15	五	芭樂片+鮮奶	白米飯、南瓜燒雞、花椰菜炒花枝、有機小松菜紫菜蛋花湯、橘子	蜂蜜蛋糕+黑豆漿
W17	18 一	小番茄+優酪乳	白米飯、三杯腰花、茄汁豆腐、鐵板豆芽菜蘿蔔海帶結湯、棗子	蛋餅+低糖豆漿
19	二	柳丁+鮮奶	白米飯、咖哩雞丁、高麗菜炒培根、有機白菜海帶芽蛋花湯、香蕉	煎餃+燕麥堅果奶
20	三	香蕉+優酪乳	豚骨味噌拉麵、牙齒肉圓、韓式泡菜炒豆芽履歷豆漿	紅豆包+芝麻豆漿
21	四	蘋果片+低糖豆漿	小米飯、醬香滷肉燥、扁魚白菜、涼拌干絲大頭菜肉絲湯、柳橙	絲瓜蛋麵線
22	五	奇異果片+優酪乳	白米飯、豬肉壽喜燒、炒米粉、有機花椰菜、桂花湯圓、小番茄	奶酥麵包+鮮奶
W18	25 一	蘋果片+低糖豆漿	糙米飯、豆豉鯛魚片、馬拉糕、沙茶悶大白菜關東煮湯、橘子	紅豆薏仁湯
26	二	火龍果片+優酪乳	小米飯、香菇砂鍋雞丁、番茄豆腐炒、有機高麗菜榨菜肉絲湯 棗子	芝麻包+低糖豆漿
27	三	葡萄+低糖豆漿	高麗菜鹹粥、風味翹腿、滷豆干及麵輪、糙米漿	蒸地瓜+鮮奶
28	四	香蕉+鮮奶	小米飯、安東燉雞、大黃瓜炒金針菇、醋溜海帶根玉米蛋花湯、柳橙	鱸魚豆腐湯
29	五	芭樂片+優酪乳	白米飯、梅子雞、豆薯炒蛋、有機高麗菜、燒仙草草莓	海鹽羅宋麵包+鮮奶

備註：每日餐點均含全穀根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類等四大類食物

幼兒園教師：

教師兼周建男  
附設幼兒園主任

單位主管：

教師兼周建男  
附設幼兒園主任

校長

校長黃文信