



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 108 學年度第 1 學期 12 月份餐點表



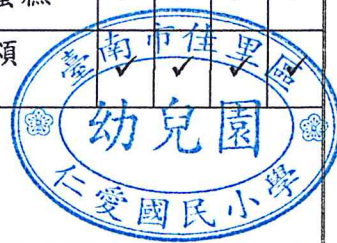
日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
12/2	一	蔬菜蛋餅 綠豆汁	五穀飯、左宗棠雞、高麗菜炒香菇、扁蒲蝦米、木須肉絲湯、水果	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
12/3	二	廣東粥	白米飯、鮮菇燒豆腐、韭菜銀芽、蛋香高麗菜、蘿蔔玉米湯、水果	小肉包 豆漿	✓	✓	✓	✓
12/4	三	雞絲麵	炒米粉、清炒絲瓜、排骨四神湯、水果	小波蘿麵包 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
12/5	四	鍋貼 低糖麥茶	白米飯、肉燥貢丸、燙油菜、紅蘿蔔炒蛋、香菇雞湯、水果	葡萄吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
12/6	五	什錦烏龍麵	紫米飯、蒙古炒肉、蒜炒地瓜葉、金菇絲瓜、青菜豆腐湯、水果	小雞塊	✓	✓	✓	✓
12/9	一	清粥小菜	小米飯、照燒雞、雙色花椰菜、大黃瓜炒蛋、銀魚翡翠菜湯、水果	起司蛋餅	✓	✓	✓	✓
12/10	二	湯餃	白米飯、酥炸柳葉魚、蒜炒包心菜、百燴豆腐、味噌海芽湯、水果	原味豆花	✓	✓	✓	✓
12/11	三	叻仔魚粥	海產粥、鮮蔬雞丁、養樂多蘋果汁、水果	車輪餅	✓	✓	✓	✓
12/12	四	什錦拉麵	糙米飯、日式壽喜燒肉、燙青江菜、紅蘿蔔炒蛋、薑絲蛤蜊湯、水果	草莓吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
12/13	五	壽司	白米飯、香菇雞、清炒高麗菜、薑絲絲瓜、西瓜綿魚柳湯、水果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
12/16	一	枸杞麵線	白米飯、馬鈴薯燉肉、蒜香大陸妹、胡瓜黑輪、豆薯蛋花湯、水果	鬆餅	✓	✓	✓	✓
12/17	二	南瓜海鮮濃湯	胚芽飯、綜合滷味、燙油菜、菜脯蛋、冬瓜蛤蜊湯、水果	鮮奶脆片	✓	✓	✓	✓
12/18	三	鴨肉冬粉	義大利麵、三色時蔬、大黃瓜魚丸湯、水果	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
12/19	四	鍋燒意麵	糙米飯、沙茶豬肉燴飯、火腿炒豆芽、嫩蛋鮑菇、高麗菜湯、水果	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
12/20	五	地瓜粥拌魚鬆	白米飯、黑胡椒肉絲、燙青江菜、花瓜炒蛋、紅豆湯圓、水果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
12/23	一	碗粿	五穀飯、三杯雞、燙青江菜、螞蟻上樹、酸菜鴨肉湯、水果	玉米蘿蔔魚丸湯	✓	✓	✓	✓
12/24	二	當歸麵線	白米飯、茄汁鮮魚、蒜炒高麗菜、洋蔥炒蛋、蘿蔔魚丸湯、水果	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
12/25	三	生日蛋糕 養樂多	台式炒意麵、桂冠芝麻包、玉米濃湯、水果	雞蛋糕 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
12/26	四	蔬菜拉麵	紫米飯、蔥爆肉片、炒花椰菜、番茄炒蛋、蔬菜肉絲湯、水果	甜甜圈 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
12/27	五	蘿蔔糕	白米飯、鹹酥雞、炒油菜、金針菇雜燴、翡翠蛋花湯、水果	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
12/30	一	起司蛋餅	小米飯、和風燒雞、蒜香大陸妹、菜脯蛋、冬瓜蛤蜊湯、水果	蜂蜜蛋糕	✓	✓	✓	✓
12/31	二	義大利麵	白米飯、香酥魷魚、燙油菜、大黃瓜甜不辣、青菜豆腐湯、水果	小可頌 豆漿	✓	✓	✓	✓

備註：

☆餐點若有變更，以當日實物為準！

☆12/25(三)12月份慶生會

☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供水果！



製表：

教保員蔡美鳳

園主任：

教師兼附設幼兒園主任 陳月霜

校長：

臺南市佳里區楊宗穎  
仁愛國民小學校長