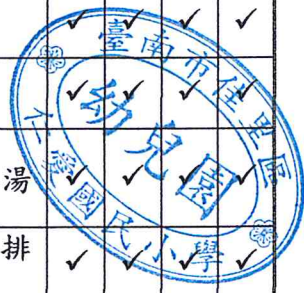




臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 111 學年度第 1 學期 12 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
12/1	四	蔬菜拉麵	白飯、蘋果咖哩雞、桶筍三絲、炒有機尼龍白菜、玉米蛋花湯	甜柿	三明治 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
12/2	五	竹筍粥	胚芽米飯、香菇滷肉、小黃瓜洋菇黑輪、南瓜炒高麗菜、鯛魚味噌湯	蘋果	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
12/5	一	清粥小菜 麵筋、煎蛋	白飯、雲南薄片、沙茶四寶、油蔥青江菜、冬瓜排骨湯	甜柿	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
12/6	二	魚皮粥	毛豆香鬆飯、香酥鱸魚丁、白花菜炒豆包、有機尼龍白菜、豆薯蛋花湯	香蕉	玉米蘿蔔排 骨湯	✓	✓	✓	✓
12/7	三	番茄雞蛋麵	胚芽米飯、韓式泡菜拌飯料(梅花肉、韓式泡菜) 茶香豆乾、綜合蔬菜(紅蘿蔔、海帶、豆芽菜) 茶壺湯	香蕉	饅頭夾蛋 豆漿	✓	✓	✓	✓
12/8	四	廣東粥	白飯、糖醋醬燒雞、杏鮑菇炒蛋、蒜炒菠菜、黃豆芽玉米湯	火龍果	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
12/9	五	義大利肉醬麵	五穀米飯、芋頭燒肉、洋菇荷蘭豆炒蝦仁、炒有機嫩葉白菜、麻油雞湯	香蕉	菇菇雞湯	✓	✓	✓	✓
12/12	一	翡翠雞茸玉米粥	白飯、洋菇蔥爆雞丁、菇菇炒肉絲、薑炒有機蚵白菜、味噌海帶芽豆腐湯	火龍果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
12/13	二	浮水魚羹麵	五穀飯、塔香石斑魚、豆乾碎脯、蒜炒大陸妹、白菜魚丸湯	水梨	葡萄乾吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
12/14	三	小籠包 紫菜蛋花湯	什錦炒麵(豬肉、洋蔥、香菇、紅蘿蔔) 茶葉蛋、蒜炒高麗菜、大黃瓜貢丸湯、保久乳	火龍果	三色豆花	✓	✓	✓	✓
12/15	四	玉米瘦肉粥	白飯、照燒松阪豬肉、豆芽菜炒培根、鮑菇有機青江菜、蒜頭香菇雞湯	橘子	黑糖饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
12/16	五	香菇肉羹麵	糙米飯、三杯杏鮑菇雞丁、玉米肉末、鵝油香蔥菠菜、白蘿蔔珊瑚菇湯	水梨	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
12/19	一	小米蛋花粥	白飯、壽喜燒肉、三色百頁、蒜炒有機青松菜、筍絲雞湯	橘子	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
12/20	二	蔬菜蛋餅 綠豆汁	糙米飯、滷雞腿、木須炒蛋、香菇大白菜、小白菜豆腐湯	蘋果	吐司夾蛋 豆漿	✓	✓	✓	✓
12/21	三	枸杞麵線	白飯、香酥虱目魚柳、花生香菇麵筋、蒜炒水蓮、高麗菜湯泡飯、保久乳	橘子	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
12/22	四	什錦蔬菜粥	白飯、薑母燒雞、筍茸炒肉絲、薑炒有機黑葉白菜、綜合甜湯圓	蓮霧	南瓜海鮮濃湯	✓	✓	✓	✓
12/23	五	當歸麵線	五穀飯、香菇滷豬腳、黃瓜鵪鶉蛋、枸杞菠菜、韭菜肉絲湯	蘋果	鮮奶饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
12/24	六	小西點 蘋果汁	大亨堡、蔬菜炒肉片、鹹酥雞、梅粉薯條、玉米濃湯	蓮霧	虎紋蛋糕	✓	✓	✓	✓
12/26	一	地瓜粥 歐姆蛋	白飯、麻油松坂肉、蕃茄豆腐、燴雙花、大頭菜豬骨湯	蘋果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
12/27	二	蘿蔔糕 低糖麥茶	海苔香鬆飯、泰式檸檬石斑魚、白菜肉片、蒜炒青松菜、菇菇蛋花貢丸湯	小番茄	燒仙草	✓	✓	✓	✓
12/28	三	水果布丁 糕低糖麥茶	海鮮炒意麵(蝦仁、魷魚、洋蔥、紅蘿蔔、香菇) 關東煮、蒜炒高麗菜、紫菜蛋花湯、保久乳	橘子	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
12/29	四	虱目魚魚柳粥	地瓜飯、蒜泥白肉、芹香豆乾、薑炒有機蜜雪兒白菜、茼蒿鹹湯圓湯	小番茄	玉米蘿蔔排 骨湯	✓	✓	✓	✓



備註：
 ☆12/21 冬至活動 ☆12/24(六)校慶運動會 12/30(五)補假 ☆12/28(三)12月慶生會
 ☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！
 ☆如幼兒對甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、芝麻、堅果類、含麩質穀物、魚類、亞硫酸鹽類及其製品有過敏情形，請事先告知老師，避免食用而引發不適！
 ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果，並隨產季機動調整！
 ☆本園一律使用國產豬肉、牛肉及符合食品安全標準食材！

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