

成德附幼 112 年 11 月 幼兒餐點表

日期	星期	上午點心	主食	主菜	副菜	青菜.水果	湯	下午點心
1	三	鍋燒冬粉	有機白米飯	樹子蒸魚	客家小炒	青菜.水果	香菇雞湯	小黑糖饅頭+鮮奶
		冬粉.豬肉片.高麗菜.調味棒	白米.有機米	樹子.鱈魚片	肉絲.芹菜.豆干.魷魚	時蔬.水果	香菇.雞肉	小黑糖饅頭+鮮奶
2	四	皮蛋瘦肉粥	五穀珍寶飯	滷雞腿	玉米炒蛋	青菜.水果	酸不辣湯	葡萄吐司+綠豆湯
		白米.肉絲.雞蛋.皮蛋	白米.五穀珍寶	雞腿.滷包	玉米粒.雞蛋	時蔬.水果	豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋	葡萄吐司+綠豆湯
3	五	麵線湯	地瓜飯	瓜仔肉	花枝丸	青菜.水果	白菜鮮菇湯	小籠湯包
		紅麵線.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜	白米.地瓜	豬絞肉.醬瓜	花枝丸	時蔬.水果	大白菜.金針菇.紅蘿蔔.香菇	小籠湯包
6	一	小紅豆麵包	櫻花蝦炒飯			青菜.水果	魚丸湯	鮮肉珍珠丸+桂圓紅棗茶
		小紅豆麵包	白米.櫻花蝦.雞蛋.蔥			時蔬.水果	鱈魚丸.芹菜	鮮肉珍珠丸+桂圓紅棗
7	二	魚片粥	五穀珍寶飯	蔥燒肉片	香拌素雞	青菜.水果	金針湯	八寶粥
		白米.鯛魚.芹菜	白米.五穀珍寶	豬肉片.洋葱.壽喜燒醬	素雞.木耳.紅蘿蔔.小黃瓜.芹菜	時蔬.水果	金針.大骨	圓糯米.八寶豆.桂圓肉.黑糖
8	三	水煮玉米+麥茶	有機白米飯	栗子香菇雞丁	白菜炒年糕	青菜.水果	海菜吻仔魚湯	水煎包+豆漿
		玉米+麥茶	白米.有機米	栗子.雞肉.香菇.大黃瓜	白菜.年糕.木耳.紅蘿蔔.梅花肉片	時蔬.水果	海菜.吻仔魚	水煎包+豆漿
9	四	米粉湯	五穀珍寶飯	柳葉魚條	麻婆豆腐(不辣)	青菜.水果	洋芋雞湯	糙米核桃吐司+芋香西米露
		粗米粉.豬肉.芹菜.大骨	白米.五穀珍寶	柳葉魚條	麻婆豆腐(不辣)	時蔬.水果	馬鈴薯.雞肉	糙米核桃吐司+芋香西米露
10	五	芝麻包	地瓜飯	滷豬腱肉	番茄炒蛋	青菜.水果	冬瓜蛤蜊湯	起酥蛋糕
		芝麻包	白米.地瓜	豬腱肉.蔥.滷包	番茄.雞蛋	時蔬.水果	冬瓜.蛤蜊.薑絲	起酥蛋糕
13	一	小花生麵包	炒板條			青菜.水果	貢丸湯	蘿蔔糕+決明茶
		小花生麵包	板條.肉絲.洋葱.香菇.高麗菜			時蔬.水果	香菇貢丸.芹菜	蘿蔔糕+決明茶
14	二	肉羹麵	五穀珍寶飯	打拋豬	地瓜薯條	青菜.水果	牛蒡湯	鮮奶吐司+仙草湯
		油麵.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜	白米.五穀珍寶	絞肉.蕃茄.九層塔	地瓜條	時蔬.水果	牛蒡.大骨	鮮奶吐司+仙草湯
15	三	紅豆包	有機白米飯	醬爆雞丁	蒸蛋	青菜.水果	蘿蔔湯	虎皮香草蛋糕
		紅豆包	白米.有機米	雞肉.洋葱.小黃瓜.甜麵醬	雞蛋	時蔬.水果	白蘿蔔.大骨	虎皮香草蛋糕
16	四	芋頭粥	五穀珍寶飯	紅燒魚丁	韭香甜不辣	青菜.水果	蒜頭蛤蜊雞湯	銀耳蓮子湯
		白米.芋頭.肉絲.香菇.芹菜	白米.五穀珍寶	多利魚片.板豆腐.蔥.薑	甜不辣.韭菜花.紅蘿蔔.木耳	時蔬.水果	雞肉.蛤蜊.蒜頭	白木耳.蓮子
17	五	蛤蜊絲瓜麵線	地瓜飯	蒜泥白肉	滷油豆腐	青菜.水果	蓮藕湯	原味玉米脆片+鮮奶
		蛤蜊絲瓜麵線	白米.地瓜	豬肉片.小黃瓜.蒜末	滷油豆腐.滷包	時蔬.水果	蓮藕.大骨	原味玉米脆片+鮮奶
運動會補假								
21	二	小奶酥麵包	鳳梨蝦仁炒飯			青菜.水果	海芽湯	肉包+枸杞茶
		小奶酥麵包	白米.鳳梨罐.蝦仁.玉米.雞蛋.洋葱			時蔬.水果	海芽.大骨	肉包+枸杞茶
22	三	糙米粥	醃醬麵			青菜.水果	野菇雞湯	蔥肉餡餅+豆漿
		糙米.豬排.芹菜	家常麵.豬絞肉.豆乾丁.洋葱.小黃瓜			時蔬.水果	金針菇.鴻喜菇.秀珍菇.雞肉	蔥肉餡餅+豆漿
23	四	油豆腐米苔目	豬肉燴飯			青菜.水果	玉米大骨湯	雜糧葡萄乾麵包
		米苔目.油豆腐.肉絲.芹菜	梅花肉片.洋葱.金針菇.雞蛋.魚板			時蔬.水果	玉米.大骨	雜糧葡萄乾麵包
24	五	蔬菜湯餃	海鮮炒麵			青菜.水果	味噌豆腐湯	銅鑼燒
		水餃.小白菜.雞蛋	麵條.高麗菜.蝦仁.花枝.肉絲			時蔬.水果	味噌.豆腐.海芽	銅鑼燒
27	一	芝士條	咖哩飯			青菜.水果	番茄蛋花湯	金黃燒賣+山粉圓湯
		芝士條	白米.豬肉.紅蘿蔔.馬鈴薯.洋葱.咖哩塊			時蔬.水果	番茄.雞蛋	金黃燒賣+山粉圓.冬瓜茶磚
28	二	清粥小菜	五穀珍寶飯	百頁燒肉	黃瓜鴿蛋	青菜.水果	鳳梨苦瓜雞湯	雞蛋牛奶銀絲卷
		白米.肉鬆.花生麵筋.脆瓜	白米.五穀珍寶	豬肉.百頁豆腐.蔥.薑	大黃瓜.鴿蛋.貢丸.木耳.紅蘿蔔	時蔬.水果	雞肉.苦瓜.蔞鳳梨	雞蛋牛奶銀絲卷
29	三	麵疙瘩	有機白米飯	蒲燒鯛魚	蝦仁筍白筍	青菜.水果	四神湯	小布麗麵包+鮮奶
		麵疙瘩.豬肉片.香菇.小白菜.紅蘿蔔.木耳	白米.有機米	鯛魚片	筍白筍.蝦仁.紅蘿蔔	時蔬.水果	四神.蔥仁.大骨	小布麗麵包+鮮奶
30	四	鮮肉雲吞	五穀珍寶飯	鹹酥雞	什錦豆腐	青菜.水果	青木瓜大骨湯	起司吐司+紅豆湯
		雲吞.小白菜	白米.五穀珍寶	雞肉塊	豆腐.杏鮑菇.紅蘿蔔.玉米.青豆	時蔬.水果	青木瓜.大骨	起司吐司+紅豆湯

* 本餐點表以幼兒作息及營養需求做規劃，並可依季節時令與活動需要彈性調整。* 本園一律使用國產豬、牛肉食材，肉品產地:臺灣。

* 學期隔月的每週二固定為環保蔬食餐，愛地球的同時並兼顧幼兒的蔬果攝取。

* 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，本菜單內容含有部分易引起過敏之食物如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，請斟酌食用。