

安康幼兒園111年12月份餐點計劃表

週別	日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
第一週	11/28	週一	(1,2)牛奶燕麥	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1)綠豆小米粥
	11/29	週二	(1)地瓜西米露	(1,2)香菇雞肉粥、(3)花椰菜、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦麵
	11/30	週三	(4)水果	(1,2,3)肉絲炒麵、(1,2)玉米濃湯、(4)附餐水果	麥茶、(1)吐司
	12/1	週四	(1,2)燕麥薏仁粥	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)蘿蔔湯、(4)附餐水果	(1)紫米紅豆湯
	12/2	週五	(4)水果	(1,2,3)榨菜肉絲麵、(4)附餐水果	(1,2,3)玉米粥
第二週	12/5	週一	(1)玉米濃湯	(1,2,3)大滷麵、(2,3)紫菜蛋花湯、(4)附餐水果	(1)小米粥
	12/6	週二	(1)綠豆薏仁湯	(1,2,3)香菇雞肉粥、(4)附餐水果	(1,3)香菇冬粉
	12/7	週三	(4)水果	(1,2,3)咖哩雞肉飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)菜包、豆漿
	12/8	週四	(1)牛奶燕麥	(1,2,3)日式拉麵(肉片、青菜、海帶)、(4)附餐水果	(1)地瓜綠豆湯
	12/9	週五	(4)水果	(1,2,3)蘿蔔玉米粥、(4)附餐水果	(1,3)紅燒麵
第三週	12/12	週一	(1)玉米濃湯	(1,2,3)絲瓜粥、(4)附餐水果	(1,3)鮮菇麵
	12/13	週二	(1)薏仁燕麥粥	(1,2,3)百菇什錦麵、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露
	12/14	週三	水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(3)青菜、(3)海帶芽湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	12/15	週四	(1)綠豆湯	(1,2,3)蒜香義大利麵、(1)玉米濃湯、(4)附餐水果	(1,3)米粉羹
	12/16	週五	(4)水果	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1)紅豆西米露
第四週	12/19	週一	(1)小米粥	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	(1)QQ地瓜圓
	12/20	週二	牛奶葡萄燕麥	(1,2,3)瘦肉蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1,2,3)魚丸米粉
	12/21	週三	(4)水果	(1,2,3)臘八粥、(4)附餐水果	(1)銀絲卷、豆漿
	12/22	週四	(1)綠豆湯	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓(冬至)
	12/23	週五	(4)水果	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1,3)玉米香菇粥
第五週	12/26	週一	(1)玉米濃湯	(1,2,3)魚丸麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
	12/27	週二	(1)薏仁湯	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1,3)什錦刀削麵
	12/28	週三	(4)水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	12/29	週四	(1)牛奶玉米脆片	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露
	12/30	週五	(4)水果	(1,2,3)味噌麵、(4)附餐水果	(1,3)玉米蘿蔔粥

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)

2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及4. 水果類等四大類食物。

3. 本園一律使用國產豬肉食材