**臺南市立人幼兒園113學年度第二學期12月份餐點表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日  期  星  期 | 早點  (水果) | 午餐 | 湯品 | 下午點心 | 餐點類別檢核 | | | |
| 全榖雜糧類 | 豆  魚  蛋  肉  類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 12/2  (一) | 芭樂 | 豆薯粥  (香菇、蛤蜊、胡蘿蔔、豬絞肉、豆薯) |  | 生日蛋糕  牛奶 | v | v | v | v |
| 12/3  (二) | 火龍果 | 香菇栗子炒飯  (香菇、胡蘿蔔、玉米粒、里肌肉丁、毛豆、栗子) | 榨菜肉絲湯 | 綠豆粥 | v | v | v | v |
| 12/4  (三) | 柳丁 | 番茄牛奶拉麵  (洋蔥、豬肉絲、鮮奶、番茄、貢丸、香菇、青江菜) |  | 酸辣湯餃  (水餃、豆腐、筍絲、紅蘿蔔、木耳) | v | v | v | v |
| 12/5  (四) | 芭樂 | 白飯  滷肉燥(豬絞肉、油豆腐、海帶、油蔥酥)  炒小松蔡(小松菜、杏鮑菇)  煎菜脯蛋(菜脯、蛋、蔥) | 味噌豆腐湯 | 餛飩湯  (餛飩、白菜、胡蘿蔔、紅蔥頭) | v | v | v | v |
| 12/6  (五) | 蘋果 | 滑蛋雞蓉粥  (雞肉、胡蘿蔔、玉米、蛋、芹菜、金包菇) |  | 兔子包  牛奶 | v | v | v | v |
| 12/9  (一) | 柳丁 | 芋頭粥  (芋頭、豬絞肉、香菇、豆皮、蝦米、蔥花) |  | 榨菜肉絲麵  (榨菜、豬肉絲、白菜、胡蘿蔔) | v | v | v | v |
| 12/10  (二) | 芭樂 | 咖哩雞肉炒飯  (咖哩、雞肉、蛋、高麗菜、洋蔥、玉米、胡蘿蔔、毛豆) | 白菜鮮菇湯 | 藍莓麵包  牛奶 | v | v | v | v |
| 12/11  (三) | 蘋果 | 鐵板麵  (豬絞肉、洋蔥、三色豆、蘑菇醬) | 竹筍雞骨湯 | 香菇肉羹  (紅蘿蔔、香菇、木耳、大白菜、筍絲、肉羹) | v | v | v | v |
| 12/12  (四) | 芭樂 | 白飯  滷冬瓜肉燥  (豬絞肉、冬瓜、鳥蛋、香菇、油蔥酥)  小雞塊  炒青江菜(青江菜、鴻喜菇) | 白菜豆腐湯 | 菠菜火腿羹  (菠菜、火腿) | v | v | v | v |
| 12/13  (五) | 柳丁 | 嫩滑青菜瘦肉粥  (瘦肉、青菜、蛋、鴻喜菇、胡蘿蔔、玉米粒、豆皮) |  | 麻油蛋花麵線  (麻油、蛋) | v | v | v | v |
| 12/16  (一) | 蘋果 | 魩仔魚粥  (魩仔魚、絞肉、玉米、胡蘿蔔、香菇、高麗菜、豆皮) |  | 牛奶西米露 | v | v | v | v |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日  期  星  期 | 早點  (水果) | 午餐 | 湯品 | 下午點心 | 餐點類別檢核 | | | |
| 全榖雜糧類 | 豆  魚  蛋  肉  類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 12/17  (二) | 芭樂 | 蔬菜炒飯  (鮪魚小丁、豬絞肉、玉米粒、小黃瓜、胡蘿蔔、蛋、海苔芝麻肉鬆) | 味噌豆腐柴魚湯 | 水煮蛋  堅果芝麻糊 | v | v | v | v |
| 12/18  (三) | 柳丁 | 什錦滷麵  (胡蘿蔔、木耳、筍絲、魚漿、豆皮) |  | 玉米濃湯  (紅蘿蔔、玉米粒、蛋、火腿丁、奶油) | v | v | v | v |
| 12/19  (四) | 芭樂 | 地瓜飯(白米、地瓜)  鐵板沙茶豬肉(白菜、豬肉絲)  炒杏鮑菇丁(竹筍、豆干、蛋、小黃瓜) | 紫菜蛋花湯 | 玉米脆片牛奶 | v | v | v | v |
| 12/20  (五) | 蘋果 | 什錦燴飯(胡蘿蔔、肉羹、木耳、大白菜、筍絲、蛋、魩仔魚) |  | 什錦湯麵  (肉絲、魚丸、白菜、紅蘿蔔、香菇) | v | v | v | v |
| 12/23  (一) | 柳丁 | 雞肉粥  (雞肉、高麗菜、胡蘿蔔、香菇、芹菜、豆皮) |  | 紅麵線羹  (高麗菜、魚漿、木耳、胡蘿蔔) | v | v | v | v |
| 12/24  (二) | 芭樂 | 什錦蛋炒飯  (絞肉、玉米筍、杏鮑菇、豆皮、小黃瓜、胡蘿蔔、蛋) | 味噌豆腐雕魚湯 | 鮮奶饅頭  牛奶 | v | v | v | v |
| 12/25  (三) | 柳丁 | 什錦麵疙瘩  (香菇、胡蘿蔔、豬絞肉、魚丸、高麗菜、蝦球) |  | 鹹粥  (紅蘿蔔、豬絞肉、蛋、蔥花) | v | v | v | v |
| 12/26  (四) | 柳丁 | 白飯  滷肉燥(豬肉燥、麵筋、豆干、油蔥酥)  炒豆皮油菜(豆皮、油菜)  炒洋蔥炒蛋(洋蔥、蛋) | 大黃瓜蛤蜊湯 | 小饅頭  菊花茶 | v | v | v | v |
| 12/27  (五) | 蘋果 | 鴨肉絲粥  (豬絞肉、胡蘿蔔、鴨肉、香菇、芹菜、豆皮) |  | 珍珠牛奶  (小粉圓、牛奶) | v | v | v | v |
| 12/30  (一) | 火龍果 | 馬鈴薯瘦肉粥  (馬鈴薯、芹菜、玉米、火腿、豬絞肉、鴻喜菇、豆皮) |  | 粉圓綠豆湯 |  |  |  |  |
| 12/31(二) | 芭樂 | 蝦仁蛋炒飯  (蝦仁、蛋、三色豆、蔥花、豬絞肉) | 大黃瓜魚丸湯 | 小銀絲卷  牛奶 |  |  |  |  |

※餐點食材含水果，若遇原物料缺貨或其他因素將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！

(易引起過敏的食物如：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)

**本園所一律使用國產豬牛肉食材**