



臺北市麗山國民小學附設幼兒園 112年12月份餐點計畫食譜



日期	上午點心	午餐					下午點心	
		主食	副食		湯			
12/01	五	肉羹麵線	菇菇炒飯+糖醋雞丁+時令蔬菜+味噌蛋花湯+時令水果					超軟牛奶麵包
12/04	一	時令水果 X2	燕麥飯	砂鍋魚丁	番茄炒蛋	時令蔬菜	黃瓜龍骨湯	金針肉絲冬粉湯
12/05	二	小芝麻包	五穀飯	泰式打拋肉	螞蟻上樹	有機蔬菜	冬瓜雞湯	時令水果 X2
12/06	三	時令水果+喝的燕麥	糙米飯	滷蛋肉燥	鮮菇燴豆腐	時令蔬菜	青菜湯	麻油肉絲白麵線
12/07	四	米苔目鹹湯	紅藜飯	粉蒸肉	黃瓜甜不辣	時令蔬菜	結菜雞湯	時令水果 X2
12/08	五	地瓜高麗菜肉粥	咖哩炒烏龍麵+照燒肉片+時令蔬菜+紫菜蛋花湯+時令水果					黑糖金絲捲+鮮奶
12/11	一	時令水果 X2	蕎麥飯	滑蛋肉片	白菜麵腸	時令蔬菜	冬瓜大骨湯	雙色蘿蔔貢丸湯
12/12	二	慶生會 (動物甜包+黑芝麻豆漿)	黃豆飯	翅小腿*2	三杯百頁	有機蔬菜	金菇肉絲湯	時令水果 X2
12/13	三	時令水果+鮮奶	芝麻飯	茄汁魚丁	冬瓜燴肉片	時令蔬菜	海結雞湯	鮮蔬滷味
12/14	四	水餃+酸辣湯	紫米飯	梅菜燻肉	古早味蒸蛋	時令蔬菜	魚丸湯	時令水果 X2
12/15	五	絲瓜蛋花麵線	茄汁肉醬螺旋麵+豆乳雞+時令蔬菜+玉米濃湯+時令水果					蜂蜜乳酪麵包
12/18	一	時令水果 X2	紫米飯	玉米毛豆雞	海苔花枝丸*2	時令蔬菜	冬菜冬粉湯	通心粉濃湯
12/19	二	蔥燒大肉包	薏仁飯	南瓜咖哩豬	關東煮	有機蔬菜	三絲羹	時令水果 X2
12/20	三	時令水果 X2	米豆飯	鮑菇蠔油雞	洋芋炒蛋	時令蔬菜	青菜豆腐湯	烤地瓜
12/21	四	火腿蛋吐司捲+鮮奶	地瓜飯	奶油洋蔥豬柳	三色玉米	時令蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果 X2
12/22	五	鮪魚玉米粥	香蔥肉燥乾麵+鹹酥魚柳+時令蔬菜+味噌蔬菜湯+時令水果					黑糖馬拉糕
12/23	六	校慶活動						
12/25	一	時令水果 X2	燕麥飯	滷排骨	玉米蒸蛋	時令蔬菜	蘿蔔排骨湯	鮮菇餛飩湯
12/26	二	南瓜濃湯	紫米飯	味噌肉片	客家小炒	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果 X2
12/27	三	時令水果+燕麥奶	胚芽飯	蜜汁雞腿	魚香豆腐	時令蔬菜	薑絲海芽湯	紅豆銅鑼燒
12/28	四	香煎蘿蔔糕+麥茶	白醬豬肉燴飯+香酥雞塊*3+時令蔬菜+番茄蛋花湯					時令水果 X2
12/29	五	校慶補假一日						

- ★每日餐點均含全穀根莖類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。
- ★本校餐點供應之豬肉原產地皆為臺灣、無供應牛肉，請安心食用。
- ★為提供營養可口的餐點，餐點可能因特殊因素而更動。
- ★幼兒園餐點表均於月底公告次月之餐點於幼兒園網站，歡迎家長上網參閱。
- ★若對餐點或食材有過敏者，請事先告知老師。

