

臺南市私立第一堡幼兒園 114 學期 12 月份餐點計畫表

日期	星期	上午點心	午 餐	季 節 水 果	下 午 點 心	全 穀 雜 糧 類	豆 蛋 魚 肉 類	蔬 菜 類	水 果 類
1	一	營養湯麵：烏龍麵. 小白菜. 肉燥	白飯：白米 馬鈴薯燉肉：豬肉. 馬鈴薯 青菜：高麗菜. 紅蘿蔔 雞骨竹筍湯：雞骨. 竹筍	芭樂	薏仁湯	V	V	V	V
2	二	麵包. 米漿	營養鹹粥：白米. 豬肉絲. 高麗菜. 香菇	蘋果	繽紛粉圓	V	V	V	V
3	三	板條湯：板條. 豆芽. 韭菜. 肉燥	義大利麵：豬絞肉. 洋蔥. 番茄. 三色豆. 麵條 金針肉絲湯：金針. 豬肉絲	西瓜	小餐包 養生茶： 紅棗. 枸杞	V	V	V	V
4	四	全麥麵包 牛奶	白飯：白米 炒三絲：豆干絲. 滷海帶. 紅蘿蔔絲 青菜：油菜 豆薯蛋花湯：豆薯. 雞蛋	鳳梨	鍋燒雞絲麵：雞絲 麵. 小白菜. 雞蛋	V	V	V	V
5	五	香甜玉米 濃湯：玉米. 奶油. 雞蛋	白飯：白米 麻婆豆腐：豬絞肉. 豆腐 青菜：高麗菜. 紅蘿蔔 魚丸湯：魚丸. 小白菜	香蕉	蘿蔔糕湯：白蘿蔔. 豆芽. 韭菜. 肉燥	V	V	V	V
8	一	營養湯麵： 關廟麵. 小 白菜. 肉燥	白飯：白米 肉絲炒豆干：豬肉絲. 豆干 青菜：高麗菜. 紅蘿蔔 排骨玉米湯：排骨. 玉米	火龍果	紅豆湯	V	V	V	V
9	二	白饅頭 米漿	什錦烏龍麵湯：烏龍麵. 小白 菜. 豬肉絲. 香菇. 雞蛋	蘋果	滑溜愛玉	V	V	V	V
10	三	關東煮：小 白菜. 黑輪	大滷麵：麵條. 肉羹. 高麗菜絲. 紅蘿蔔. 木耳	西瓜	蘋果麵包 養生茶：桂圓	V	V	V	V
11	四	元氣餛飩 湯：餛飩. 小白菜	白飯：白米 紅蘿蔔炒蛋：紅蘿蔔. 雞蛋 青菜：油菜 當歸湯：當歸. 素肉	芭樂	米粉湯：米粉. 豆芽. 韭菜. 肉燥	V	V	V	V
12	五	白吐司 豆漿	白飯：白米 肉丁滷海帶：豬肉丁. 海帶 青菜：高麗菜. 紅蘿蔔 貢丸湯：貢丸. 小白菜	香蕉	肉絲冬粉： 豬肉絲. 冬粉	V	V	V	V
15	一	朝氣麵線： 麻油. 雞 蛋. 麵線	白飯：白米 豆干肉燥：豬絞肉. 豆干 青菜：高麗菜. 紅蘿蔔 排骨蘿蔔湯：排骨. 白蘿蔔	橘子	椰香西米露： 椰奶. 西米露	V	V	V	V
16	二	麵包 牛奶	營養鹹粥：白米. 豬肉絲. 高麗菜. 香菇	紅龍果	仙草蜜	V	V	V	V
17	三	甜玉米濃 湯：玉米. 奶油. 雞蛋	擔子乾麵：麵條. 豬絞肉. 鳥蛋. 紅蘿蔔. 豆芽 鮮魚湯：虱目魚肉. 薑絲	蘋果	小餐包 養生茶：枸杞. 紅棗	V	V	V	V
18	四	氣氛米苔 目：米苔 目. 小白 菜. 肉燥	白飯：白米 馬鈴薯魯麵輪：馬鈴薯. 麵輪 青菜：油菜 紫菜蛋花湯：紫菜. 雞蛋	西瓜	關東煮：白蘿蔔. 黑 輪. 貢丸	V	V	V	V

19	五	可口脆片 牛奶	美味漢堡：漢堡麵包. 豬肉片. 雞蛋. 小黃瓜 味噌湯：味噌. 海帶芽	芭樂	湯圓	V	V	V	V
22	一	朝氣麵線： 麻油. 雞 蛋. 麵線	白飯：白米 洋蔥豬柳燴飯：豬肉絲. 洋蔥. 紅蘿蔔. 高麗菜 排骨金針湯：排骨, 金針	蘋果	綠豆湯	V	V	V	V
23	二	黑糖饅頭 米漿	香菇肉絲湯面：關廟麵. 小白 菜. 香菇. 雞蛋	火龍果	滑溜愛玉	V	V	V	V
24	三	元氣餽飪 湯：餽飪. 小白菜	白飯：白米 玉米炒蛋：玉米. 雞蛋 青菜：油菜 香菇湯：杏鮑菇. 金針菇	柳丁	白吐司 養生茶：桂圓	V	V	V	V
25	四	行憲紀念日							
26	五	蘋果麵包 豆漿	炒麵：麵條. 豬肉絲. 洋蔥. 紅蘿 蔔. 豆芽 香菇雞湯：香菇. 雞肉	香蕉	南瓜粥： 白米. 南瓜	V	V	V	V
29	一	營養湯麵： 關廟麵. 小 白菜. 肉燥	白飯：白米 豆干滷海帶：豆干. 海帶 青菜：高麗菜. 紅蘿蔔 豆薯蛋花湯：豆薯. 雞蛋	橘子	薏仁湯	V	V	V	V
30	二	麵包 牛奶	營養鹹粥：白米. 豬肉絲. 高麗菜. 香菇	蘋果	繽紛粉圓	V	V	V	V
31	三	全麥吐司 米漿	水餃：高麗菜水餃 紫菜蛋花湯：紫菜. 雞蛋	西瓜	鍋燒意麵：意麵. 小 白菜. 雞蛋	V	V	V	V

若遇到園方活動、節慶日，以當日活動、節慶日點心為準。

臺南市私立第一堡幼兒園 114.11 製

