



日期	早 點	午 餐				午 點	餐 點 類 別 檢 核 表				
		主食	主菜	副菜一	副菜二		湯	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1(四)	地瓜包 桂圓茶	五穀米飯	彩椒炒雞丁	白菜滷	季節時蔬	雙色蘿蔔湯	日式關東煮	√	√	√	√
2(五)	清粥小菜	什錦炒麵			季節時蔬	貢丸湯	小餐包 紅棗枸杞茶	√	√	√	√
5(一)	玉米脆片 牛奶	雞肉親子丼飯			季節時蔬	黃瓜排骨湯	芋頭西米露	√	√	√	√
6(二)	什錦冬粉湯	香Q白米飯	紅燒獅子頭	馬鈴薯炒肉絲	季節時蔬	金針花排骨湯	慶生會 蛋糕 麥茶	√	√	√	√
7(三)	滑蛋肉片粥	胚芽米飯	玉米炒雞丁	九層塔煎蛋	季節時蔬	魚片味噌湯	紅豆湯	√	√	√	√
8(四)	葡萄吐司 米漿	五穀米飯	香菇肉燥	螞蟻上樹	季節時蔬	吻仔魚羹湯	客家板條	√	√	√	√
9(五)	麵線	炒米粉			季節時蔬	海帶芽湯	海苔飯糰 蛋花湯	√	√	√	√
12(一)	五彩球 牛奶	海鮮什錦羹飯			季節時蔬	冬瓜排骨湯	波羅奶酥 米漿	√	√	√	√
13(二)	魚丸米粉湯	香Q白米飯	蔥爆梅花豬	番茄炒蛋	季節時蔬	雞茸玉米濃湯	肉羹麵	√	√	√	√
14(三)	山藥肉末粥	胚芽米飯	鹹冬瓜燉肉	肉絲炒三菇	季節時蔬	紫菜蛋花湯	芋頭甜湯	√	√	√	√
15(四)	藍莓吐司 牛奶	五穀米飯	洋蔥炒豬肉	綜合滷味	季節時蔬	鳳梨雞湯	花生豆花	√	√	√	√
16(五)	南瓜瘦肉粥	咖哩雞肉飯			季節時蔬	海帶芽味噌湯	糙米排骨粥	√	√	√	√
19(一)	玉米脆片 牛奶	蛤蜊茄汁螺旋麵			季節時蔬	玉米濃湯	芝麻包 米漿	√	√	√	√
20(二)	什錦冬粉	香Q白米飯	香滷梅花塊	三杯杏包菇	季節時蔬	豬血湯	玉米雞蓉粥	√	√	√	√
21(三)	吻仔魚粥	高麗菜水餃			季節時蔬	酸辣湯	關東煮	√	√	√	√
22(四)	鮮肉包 決明子茶	五穀米飯	豆干梅花塊	燴豆腐	季節時蔬	竹筍排骨湯	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
23(五)	銀絲卷 冬瓜茶	魚片什錦燴飯			季節時蔬	冬瓜排骨湯	起司火腿吐司 蛋花湯	√	√	√	√
26(一)	五彩球 牛奶	奶油雞腿義大利麵			季節時蔬	羅宋湯	馬來糕 低糖豆漿	√	√	√	√
27(二)	燒賣 蛋花湯	香Q白米飯	馬鈴薯燉肉	芹菜炒豆包	季節時蔬	山藥枸杞湯	麻油麵線	√	√	√	√
28(三)	蘿蔔糕湯	胚芽米飯	三杯雞	麻婆豆腐(不辣)	季節時蔬	玉米排骨湯	葡萄吐司 牛奶	√	√	√	√
29(四)	小黑糖饅頭 低糖豆漿	五穀米飯	洋蔥炒肉片	韭菜花甜不辣	季節時蔬	南瓜濃湯	地瓜薑湯	√	√	√	√
30(五)	雞絲麵	蝦仁蛋炒飯			季節時蔬	蛤蜊冬瓜排骨湯	蔓越莓吐司 麥茶	√	√	√	√

水果

※本園全面採用國產豬並已取得合格證明，請家長們放心

*本園未使用輻射污染食品

*本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，由豐得國際實業供應商採買

*餐點規劃參照「幼兒園餐點食物內容及營養基準及食譜範例」

