



臺中市陳平非營利幼兒園 幼兒餐點表【113年12月】



第一週	12/2 (一)	12/3 (二)	12/4 (三)	12/5 (四)	12/6 (五)
早點	穀類脆片+牛奶	蕃茄肉片粥	元寶湯	越式湯麵	福州魚丸湯
午餐	(紅藜飯) 雙菇燴嫩腐 雙色煎蛋 季節時蔬 牛蒡腰果湯 四季水果	(養生紫米飯) 蔥油雞 蘿蔔肉末滷 季節時蔬 金針湯 四季水果	(營養糙米飯) 油腐肉燥 聰明鮪魚蛋 季節時蔬 冬瓜排骨湯 四季水果	鮭魚玉米炒飯 五香豆干 高麗菜肉片湯 四季水果	(營養糙米飯) 彩椒肉絲 麻香拌海芽 季節時蔬 玉筍木須湯 四季水果
午點	擔仔麵	綠豆湯	麵包+牛奶	地瓜小米粥	水煎包+熱麥飲
第二週	12/9 (一)	12/10 (二)	12/11 (三)	12/12 (四)	12/13 (五)
早點	雜糧饅頭+牛奶	鮮肉冬粉湯	蔥酥芋頭糕湯	養生山藥燉排骨	蔥香抄手
午餐	(燕麥飯) 洋蔥紅蘿燴麵輪 芹粒炒蛋 季節時蔬 青菜嫩腐湯 四季水果	(營養糙米飯) 鳳梨雞丁 洋芋肉茸 季節時蔬 包白什錦湯 四季水果	(健康小米飯) 糖醋魚 金菇肉絲 季節時蔬 青木瓜雞骨湯 四季水果	炸醬麵 季節時蔬 菠菜蛋花湯 四季水果	(香香芝麻飯) 傳統焢肉 南瓜枸杞燴蛋 季節時蔬 健康花菜湯 四季水果
午點	紅豆湯	銀魚粥	桂圓豆花	香菇油飯	全麥吐司+牛奶
第三週	12/16 (一)	12/17 (二)	12/18 (三)	12/19 (四)	12/20 (五)
早點	包子+牛奶	翠綠雞粥	家常麵疙瘩	滑蛋蔬菜肉粥	香菇水粉湯
午餐	(高纖麥片飯) 花生滷油腐 三色炒蛋 季節時蔬 一品冬瓜湯 四季水果	(養生紫米飯) 蒸肉丸子 白菜滷 季節時蔬 柴魚蛋花湯 四季水果	(營養糙米飯) 紅燒魚片 炒什香菜 季節時蔬 豆腐肉絲湯 四季水果	雙菇洋芋雞肉燉飯 季節時蔬 羅宋湯 四季水果	(營養糙米飯) 蒜香爆肉片 大瓜燴炒 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果
午點	麻香鮑菇麵線	雙穀燒仙草	米香+牛奶	玉米蘿蔔排骨湯	生日蛋糕
第四週	12/23 (一)	12/24 (二)	12/25 (三)	12/26 (四)	12/27 (五)
早點	銀絲捲+牛奶	廣東粥	日式拉麵	葡萄乾*牛奶燕麥片	洋芋鹹粥
午餐	(紅藜飯) 紅燒麵腸 青豆炒蛋 季節時蔬 清香結頭湯 四季水果	(營養糙米飯) 香炒吻仔魚 芝麻大黑干 季節時蔬 黃瓜排骨湯 四季水果	(健康小米飯) 醬爆肉片 綠菠煎蛋 季節時蔬 蘿蔔雞骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 麻油雞鍋 貢丸 玉米 高麗菜 四季水果	蕃茄肉醬貝殼麵 季節時蔬 鮮採菇菇湯 四季水果
午點	鍋燒麵	起司果醬三明治	八寶粥	燒賣+決明子飲	銀耳西米露
第五週	12/30 (一)	12/31 (二)			
早點	包子+牛奶	聰明鮪魚粥			
午餐	(高纖麥片飯) 彩椒燴嫩腐 塔香炒蛋 季節時蔬 味噌紫菜湯 四季水果	(香香松子飯) 蒜香炒絞肉 小瓜甜條 季節時蔬 豆薯排骨湯 四季水果			
午點	蘿蔔湯麵	紅棗南瓜甜湯			

※ 本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、含麩質之穀物及其上述所列製品，不適合對其過敏者食用。 幼兒如有過敏 家長請事先告知

※ 因市場供需，餐點會彈性調整



本園餐點一律使用國產CAS豬肉與國產CAS雞肉

