



# 2020 年功文 成長 雪泥 幼兒園 12 月 營養餐點

日期	星期	營養早餐		美味午餐				湯品/水果	下午點心		
1	二	葡萄吐司	麥茶	彩虹飯/紅粿	芋頭燒肉	玉米毛豆仁	時蔬	黃荳芽排骨湯	時令水果	活力蔬菜粥	
2	三	香葱雞絲麵		養生飯/五穀	洋蔥炒肉絲	滷豆腐	時蔬	香菇雞湯		慶生會	梅子茶
3	四	高麗菜鹹粥		古早味金瓜米粉				白玉排骨湯		水煮毛豆莢	
4	五	紅豆包	豆漿	活力飯/薏仁	五香滷肉	芙蓉蒸蛋	時蔬	紫菜蛋花湯		薑汁地瓜湯	
7	一	蔥香蘿蔔糕湯		吻仔魚時蔬蛋炒飯				蒜香花椰湯	時令水果	絲瓜蛋酥細麵	
8	二	冬菜肉角細粉		彩虹飯/薑黃	馬鈴薯燉肉	紅燒豆腐	時蔬	牛蒡排骨湯		鮮魚片粥	
9	三	起士吐司		校外教學-青年公園						巧菓	決明茶
10	四	皮蛋瘦肉粥		和風蔬菜麵						元氣關東煮	
11	五	小饅頭	豆漿	活力飯/地瓜	紅燒雞肉	菜脯蛋	時蔬	芹香小魚丸湯	綠豆薏仁湯		
14	一	薑黃什錦肉片湯		蕃茄蛋炒飯		小肉排		海芽豆腐湯	時令水果	鄉村野菇細粉	
15	二	紅豆吐司	麥茶	彩虹飯/蘿蔔	蘿蔔燒肉	麻婆豆腐	時蔬	田園蔬菜湯		古早味鹹粥	
16	三	*香鬆米飯糰		養生飯/五穀	糖醋咕咾肉	木須小黃瓜	時蔬	大黃瓜排骨湯		寸菓	麥茶
17	四	香芋瘦肉粥		義大利蘑菇麵				玉米雞湯		桂圓紫米粥	
18	五	奶皇包	豆漿	活力飯/紅藜	茄子雞丁	三色炒蛋	時蔬	金針排骨湯	紅豆湯		
21	一	清粥小菜		高麗菜香菇肉絲飯				紫菜蛋花湯	時令水果	青菜小魚麵線	
22	二	芋頭吐司	麥茶	彩虹飯/青蔬	梅干扣肉	紅蘿蔔炒蛋	時蔬	蘿蔔排骨湯		高麗菜鹹粥	
23	三	米苔目湯		養生飯/多穀	醬燒豬肉	青葱炒蛋	時蔬	薑絲南瓜湯		芝麻餅	冬瓜茶
24	四	香菇肉絲粥		眷村炸醬麵				豆腐味噌湯		蘿蔔糕湯	
25	五	蔥花卷	豆漿	彩虹飯/紅豆	彩椒雞柳	小魚炒豆干	時蔬	雞蓉玉米湯	黑糖山粉圓		
28	一	什錦河粉湯		家鄉肉燥飯		燙青菜		牛蒡排骨湯	時令水果	姑姑三絲細麵	
29	二	起士吐司	麥茶	香米飯	瓜子肉	玉米炒蛋	時蔬	黃豆芽大骨湯		香芋肉末粥	
30	三	*有機養生蛋		活力飯/紫米	馬鈴薯燒肉	紅燒豆腐	時蔬	薑絲冬瓜湯		手工煎餅	枸杞茶
31	四	芹香魚片粥		香菇什錦肉絲炒麵				紅棗青木瓜湯		小米粥	

備註：

- ◎本園採用非基改黃豆、安全食材及供應茂林牧場有機養生蛋。
- ◎本園一律使用國產豬食材。
- ◎慶生會供應當月壽星【棒棒雞腿】一份，其他幼生【有機養生蛋】一顆。
- ◎本園提供之甜湯及飲品，皆以無糖或微糖為調製原則。
- ◎時蔬：高麗菜、菠菜、芹菜、茼蒿、白莧菜、蚵仔白菜、花椰...
- ◎時令水果：香蕉、蘋果、柳丁、橘子、火龍果...