**曉星幼兒園十二月份營養餐點表 112.12.1-12.31**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午餐 | 下午點心 | 餐點類別檢核 |
| 全榖雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 五 | 豆漿、水果 | 糙米飯、蕃茄蛋炒飯、時令青菜、紫菜湯 | 吐司、冬瓜茶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 4 | 一 | 鮮奶、水果 | 滷肉飯、蒜香素雞、時令青菜、豆腐湯 | 雞絲麵 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 5 | 二 | 豆漿、水果 | 義大利肉醬麵、時令蔬菜、玉米濃湯 | 牛奶、玉米片 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 6 | 三 | 鮮奶、水果 | 玉米雞肉燴飯、時令青菜、絲瓜蛋花湯 | 台式鹹粥 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7 | 四 | 豆漿、水果 | 五穀飯、蠔油里肌、玉米馬鈴薯炒蛋、時令青菜、海帶芽湯 | 紅豆湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 8 | 五 | 鮮奶、水果 | 肉燥麵、時令青菜、開陽白菜湯 | 吐司、麥茶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11 | 一 | 豆漿、水果 | 糙米飯、豆乾滷肉、紅燒豆腐、時令青菜、冬瓜湯 | 冬粉湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 12 | 二 | 鮮奶、水果 | 咖哩蔬菜雞肉飯、時令青菜、味噌湯 | 玉米粥 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 13 | 三 | 豆漿、水果 | 蕃茄蛋炒飯、時令青菜、貢丸湯 | 鮮奶、營養玉米片 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 14 | 四 | 鮮奶、水果 | 五穀飯、紅燒肉、滷油豆腐、時令青菜、海帶芽味噌湯 | 紫米粥 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 15 | 五 | 豆漿、水果 | 肉燥麵、時令青菜、大骨白菜湯 | 滷肉飯、味噌湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 18 | 一 | 鮮奶、水果 | 五穀飯、玉米炒肉、小魚豆乾、時令青菜、紫菜蛋花湯 | 雞絲麵 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 19 | 二 | 豆漿、水果 | 香蔥蛋炒飯、時令蔬菜、味噌海帶芽湯 | 牛奶、營養玉米片 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 20 | 三 | 鮮奶、水果 | 高麗菜肉炒冬粉、時令青菜、蕃茄蛋花湯 | 養生饅頭、麥茶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 21 | 四 | 豆漿、水果 | 五穀飯、紅燒肉、毛豆炒玉米、時令青菜、黃瓜湯 | 絲瓜麵線 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 22 | 五 | 鮮奶、水果 | 咖哩雞飯、時令青菜、玉米排骨湯 | 冬瓜茶、吐司 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 25 | 一 | 豆漿、水果 | 糙米飯、香蔥吻仔魚、滷海帶、時令青菜、豆腐味噌湯 | 台式鹹粥 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 26 | 二 | 鮮奶、水果 | 肉絲炒麵、時令青菜、白菜豆皮湯 | 鮮奶、營養玉米片 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 27 | 三 | 豆漿、水果 | 五穀飯、紅燒獅子頭、五香豆干、時令青菜、冬瓜湯 | 葡萄乾粥 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 28 | 四 | 鮮奶、水果 | 糙米飯、馬鈴薯燉肉、洋蔥炒蛋、時令青菜、黃豆芽湯 | 關東煮 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 29 | 五 | 豆漿、水果 | 香菇肉燥飯、時令青菜、大黃瓜湯 | 吐司、牛奶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

 ★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

 ★本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

 ★本園一律使用國產豬肉食材。