

新北市瑞芳區瑞柑國小附設幼兒園 110 學年度第一學期 12 月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐						下午點心	每日食物類別一覽表			
			主食	主菜	副菜	有機蔬菜	湯	其他		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	三	五穀麵包/米漿	芝麻飯	馬鈴薯燉肉	魚香茄子	塔菇菜	山藥雞湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
2	四	田園蔬菜粥	地瓜飯	滷小雞腿	煎雞蛋豆腐	小白菜	玉米排骨湯	水果	甜玉米+養生茶	✓	✓	✓	✓
3	五	生日蛋糕/豆漿	肉燥乾麵	滷豆乾	滷烏蛋	味美菜	台式肉羹湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
6	一	鍋燒烏龍麵	香米飯	糖醋魚柳	韭菜甜不辣	黑葉菜	玉筍鮮菇湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
7	二	白菜餛飩湯	五穀飯	香煎雞腿排	紅燒豆腐	山菠菜	蛤蠣冬瓜湯	水果	花生仁湯	✓	✓	✓	✓
8	三	銀絲卷+米漿	雞肉咖哩飯	紅燒肉		青江菜	玉米濃湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
9	四	雞絲冬粉	地瓜飯	香煎豬肉排	絲瓜蒸蛋	蘿蔓菜	牛蒡雞湯	水果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
10	五	玉米肉末粥	海鮮炒麵	烤雞捲		荷葉菜	山藥排骨湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
13	一	什錦湯麵	香米飯	馬鈴薯燉肉	蔥花蛋	小松菜	香菇雞湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
14	二	蔥抓餅/豆漿	五穀飯	三杯雞	玉米炒蛋	福山菜	番茄蛋花湯	水果	堅果玉米脆片	✓	✓	✓	✓
15	三	起司饅頭/米漿	芝麻飯	紅燒魚片	螞蟻上樹	塔菇菜	黃瓜排骨湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
16	四	清粥小菜	地瓜飯	鳳梨蝦球	玉米炒蛋	小白菜	蘿蔔丸子湯	水果	綜合 QQ 芋園	✓	✓	✓	✓
17	五	蘿蔔糕湯	雞肉咖哩飯	紅燒肉		味美菜	紫菜蛋花湯	水果	雞蛋糕+牛奶	✓	✓	✓	✓
20	一	鍋燒麵	香米飯	瓜子肉	韭菜甜不辣	青松菜	玉米排骨湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
21	二	香蔥抓餅/米漿	五穀飯	油雞	三色蛋	菠菜	蘿蔔肉羹湯	水果	蒸地瓜+養生茶	✓	✓	✓	✓
22	三	雞絲冬粉湯	芝麻飯	古早味滷肉	煎雞蛋豆腐	蘿蔓菜	海帶排骨湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
23	四	葡萄吐司+豆漿	地瓜飯	三杯雞	番茄炒蛋	廣島菜	味增豆腐湯	水果	養生八寶粥	✓	✓	✓	✓
24	五	皮蛋瘦肉粥	聖誕大餐	烤雞拼盤		綠寶石	南瓜濃湯		水果+牛奶	✓	✓	✓	✓
27	一	絲瓜麵線	香米飯	京都排骨	洋蔥炒蛋	小松菜	香菇雞湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
28	二	白菜餛飩湯	五穀飯	香煎雞腿排	三杯杏包菇	福山菜	玉筍鮮菇湯	水果	水煮蛋+養生茶	✓	✓	✓	✓
29	三	蛋香雞絲麵	香米飯	洋蔥豬柳	煎荷包蛋	塔菇菜	蛤蠣雞湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
30	四	蔥抓餅/豆漿	五穀飯	油雞	菜圃蛋	波士頓	金針排骨湯	水果	堅果玉米脆片	✓	✓	✓	✓

餐點老師：

教師郭佳惠

主任：

幼兒園李姿瑩

校長/園長：

校長王淑芬