

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	一	玉米脆片、鮮奶	薏仁飯	馬鈴薯燉肉	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	大頭菜排骨	時令水果	綠豆薏仁甜湯	✓	✓	✓	✓
2	二	餛飩麵	糙米飯	南瓜照燒雞	金沙豆腐	有機蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	珍珠丸、麥茶	✓	✓	✓	✓
3	三	生日蛋糕、米漿	胚芽米	醬燒肉片	肉醬豆腐	有機蔬菜	黃耆枸杞雞湯	時令水果	黑糖粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
4	四	薑絲叻仔魚粥	紫米飯	香酥魚	鮮菇燴山藥	有機蔬菜	紅蘿蔔海帶結排骨湯	時令水果	蔥油餅、柚子茶	✓	✓	✓	✓
5	五	香鬆鮭魚拌飯、豆漿	香菇肉燥麵		滷海帶豆干丁	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	南瓜水果吐司、養樂多	✓	✓	✓	✓
8	一	小鮮肉包、米漿	薏仁飯	糖醋肉	大黃瓜燴花枝丸	有機蔬菜	三色排骨湯	時令水果	芋頭糕、蛋花湯	✓	✓	✓	✓
9	二	青蔥蛋花雞絲麵	糙米飯	紅糟肉片	培根炒豆芽	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	三色水果吐司、決明子茶	✓	✓	✓	✓
10	三	廣東瘦肉粥	胚芽米	醬爆雞丁	涼拌乾絲	有機蔬菜	蕃茄蔥花蛋湯	時令水果	奶 酪	✓	✓	✓	✓
11	四	豬五花味噌烏龍麵	紫米飯	香煎魚	三色蒸蛋	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	時令水果	玉米、冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
12	五	台式鹹粥	義大利麵		滷小棒腿	有機蔬菜	洋蔥南瓜濃湯	時令水果	杯子蛋糕、豆漿	✓	✓	✓	✓
15	一	迷你銀絲卷、鮮奶	薏仁飯	洋蔥沙茶肉絲	蕃茄滑蛋	有機蔬菜	香菇牛蒡排骨湯	時令水果	海苔肉鬆拌飯	✓	✓	✓	✓
16	二	香菇玉米粥	糙米飯	滷瓜仔肉	紅燒豆腐	有機蔬菜	蒜頭雞湯	時令水果	三絲肉羹麵	✓	✓	✓	✓
17	三	虱目魚丸粉湯	胚芽米	煎香腸	糖醋馬鈴薯	有機蔬菜	味噌海帶芽豆腐湯	時令水果	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
18	四	雞蛋小饅頭、豆漿	紫米飯	紅燒魚	肉末蒸豆腐	有機蔬菜	羅宋排骨湯	時令水果	蔥燒意麵	✓	✓	✓	✓
19	五	清粥小菜	水餃		豆菇魯味雙拼	有機蔬菜	味噌魚片湯	時令水果	熱狗捲麵包、柚子茶		✓	✓	✓
22	一	奶皇包、鮮奶	薏仁飯	蔥爆豬柳	醬燒豆包	有機蔬菜	蘿蔔玉米排骨湯	時令水果	紅豆小湯圓	✓	✓	✓	✓
23	二	彩蔬湯餃	糙米飯	香菇燉肉末	菇菇炒絲瓜	有機蔬菜	瓜瓜雞湯	時令水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
24	三	蕃茄雞蛋湯麵	胚芽米	蠔油雞肉	玉米肉末	有機蔬菜	肉絲豆腐羹	時令水果	香草蛋糕吐司、純果汁	✓	✓	✓	✓
25	四	黑糖捲、豆漿	紫米飯	清蒸魚	滷肉油豆腐	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊湯	時令水果	肉燥米粉湯	✓	✓	✓	✓
26	五	榨菜肉絲麵	咖哩雞肉飯			有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	香蒜軟法、紅棗茶	✓	✓	✓	✓
29	一	玉米脆片、鮮奶	薏仁飯	三杯雞	玉米炒蛋	有機蔬菜	山藥紅棗排骨湯	時令水果	黑糖西谷米甜湯	✓	✓	✓	✓
30	二	小起司捲、米漿	糙米飯	洋蔥燴里肌	蕃茄豆腐	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	鹹粿湯	✓	✓	✓	✓
31	三	雞肉蔬菜粥	胚芽米	左宗棠雞	螞蟻上樹	有機蔬菜	什錦鮮菇湯	時令水果	黑糖馬拉糕、養生茶	✓	✓	✓	✓

註：1. 每日均備有蔬菜、水果，均衡幼兒營養之攝取。

2. 若您家寶寶有過敏現象或不吃的餐點，請事先告知老師；以避免幼兒因攝取而導致過敏現象

3. 本餐點內容將視當月活動情形以及特殊狀況，做適當調整。

★★4. 本園採用國內在地豬肉，來源為『**新北市肉品拍買市場**』、『**台灣卜蜂企業有限公司**』之毛豬、向「**豐得國際實業有限公司**」供應廠商採買。

