

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		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類	
1	五	榨菜肉絲麵	咖哩雞肉飯			有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	巴比倫起士條、蜜桃蘋果茶	✓	✓	✓	✓	
4	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	✓	✓	✓	✓	
5	二	小紅豆包、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	✓	✓	✓	✓	
6	三	生日蛋糕、豆漿	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、蜂蜜柚子茶	✓	✓	✓	✓	
7	四	蛋花雞絲麵	紫米飯	糖醋魚	豆皮炒時蔬	有機蔬菜	金針赤肉湯	時令水果	茶葉蛋、青菜湯	✓	✓	✓	✓	
8	五	三鮮豆簽羹	雞肉鮮蔬燴飯		滷蛋、小豆干	有機蔬菜	鮮鮭魚湯	時令水果	椰香奶酥麵包、米漿	✓	✓	✓	✓	
11	一	小兔包、鮮奶	糙米飯(營1)	梅醬燒肉(營2)	洋蔥炒蛋(營3)	蒜香四季豆(營4)	柴魚鮮蔬湯(營5)	時令水果	糖燒起士麵包、米漿	✓	✓	✓	✓	
12	二	擔仔清湯麵	糙米飯	泰式打拋豬	吻仔魚煎蛋	有機蔬菜	肉絲羹湯	時令水果	愛玉粉圓	✓	✓	✓	✓	
13	三	芋香什錦鹹粥	胚芽米	蔥爆雞丁	咖哩燴洋芋	有機蔬菜	蕃茄排骨湯	時令水果	燻雞玉米麵包、麥仔茶	✓	✓	✓	✓	
14	四	小芋泥包、鮮奶保久乳	紫米飯	酥香蝦捲	菜脯蛋	有機蔬菜	蘿蔔蛤蜊湯	時令水果	日式烏龍拉麵	✓	✓	✓	✓	
15	五	高麗菜什錦粥	香腸蛋炒飯		香酥雞塊	有機蔬菜	薑絲鱸魚清湯	時令水果	奶油大理石麵包、桂圓紅棗茶	✓	✓	✓	✓	
18	一	玉米脆片、鮮奶	薏仁飯	馬鈴薯燉肉	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	冬瓜排骨	時令水果	綠豆薏仁甜湯	✓	✓	✓	✓	
19	二	餛飩麵	糙米飯	南瓜照燒雞	絲瓜鯛魚豆腐	有機蔬菜	紅蘿蔔海帶結排骨湯	時令水果	珍珠丸、花生仁湯	✓	✓	✓	✓	
20	三	雞肉蔬菜粥	胚芽米	醬燒肉片	青翠肉醬燴豆腐	有機蔬菜	黃耆枸杞雞湯	時令水果	黑糖粉圓豆花	✓	✓	✓	✓	
21	四	薑絲吻仔魚粥	紫米飯	香酥魚	鮮菇燴山藥	有機蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	蔥油餅、黃金柚子茶	✓	✓	✓	✓	
22	五	鮪魚蛋拌飯、豆漿	蒜香什錦炒麵		滷海帶豆干丁	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	皇冠乳酪麵包、優酪乳	✓	✓	✓	✓	
25	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	✓	✓	✓	✓	
26	二	海鮮湯麵	糙米飯	紅燒獅子頭	培根炒豆芽	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	鳳梨甜心麵包、決明子茶	✓	✓	✓	✓	
27	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	玉 米 奶 酪					
28	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	✓	✓	✓	✓	
29	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	米飛兔兔包、鮮奶	✓	✓	✓	✓	
30	六	二重國小運動會(當日二重附幼幼兒每人皆有一份餐盒帶回)									✓	✓	✓	✓

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。



