114年12月餐點表										
	12/1星期一		12/2星期二		12/3星期三		12/4星期四		12/5星期五	
早點	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
	玉米濃湯麵	麵	原味饅頭	原味饅頭	南瓜雞肉粥	白米	茶葉蛋	茶葉蛋	慶生蛋糕	慶生蛋糕
		玉米醬	米漿	米漿		雞肉	牛奶	牛奶		
		玉米粒				南瓜				
		紅蘿蔔				生香菇				
		蛋								
		火腿								
		洋蔥								
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	香菇肉羹燴飯	白米	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		肉羹		白米		白米
	洋芋絞肉	馬鈴薯	茄汁豆包	濕豆包		鮮香菇	蔥汁雞	雞胸肉丁	日式壽喜燒	豬肉片
		紅蘿蔔		洋蔥		脆筍絲		嫩薑絲		洋蔥
		蔥末		蕃茄		木耳		青蔥	咖哩洋芋	洋芋
		絞肉		蕃茄醬		紅蘿蔔	肉絲銀芽	肉絲		紅蘿蔔
	沙茶白菜粉絲煲	冬粉	椒香炒蛋	甜椒		蛋		銀芽		咖哩
		大白菜		雞蛋	紅棗山藥雞湯	雞肉	結菜魚丸湯	結菜	麻油蔬菜蛋花湯	麻油
	冬瓜排骨湯	大骨	豆薯鮮菇湯	鮮香菇		山藥		魚丸		蛋
		冬瓜		豆薯		紅棗		薑		高麗菜
		薑片	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬		薑
	有機蔬菜	有機高麗菜	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬
	當季水果	當季水果							當季水果	當季水果
午點	燒賣	港式燒賣	蔬菜雞絲麵	雞絲麵	雙豆甜湯	紅豆	香菇肉絲米粉湯	乾香菇	什錦滷味	鳥蛋
	海帶芽湯	薑		小白菜		綠豆		芹菜		素雞
		海帶芽		紅蘿蔔絲				肉絲		杏鮑菇
				芹菜				米粉		大竹輪
				乾香菇				油蔥		
1										

114年12月餐點表										
	12/8星期一		12/9星期二		12/10星期三		12/11星期四		12/12星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	日式烏龍麵	烏龍麵	黑糖饅頭	黑糖饅頭	芋香鹹粥	白米	乳酪吐司	乳酪吐司	雞肉河粉	粄條
		豬肉絲	牛奶	牛奶		芋頭	桂圓紅棗茶	桂圓		雞絲
		魚板				乾香菇		紅棗		乾香菇絲
		高麗菜				絞肉				蔥
		洋蔥								豆芽菜
		紅蘿蔔								
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	沙茶豬肉炒飯	白米	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米		豬肉絲		白米		白米
	照燒雞	雞腿丁	鳩蛋素瓜子肉	鳥蛋		青椒	蠔油雞腿	雞肉	魚香肉絲	豬肉絲
		生香菇		素絞肉		洋蔥		蔥		去皮荸薺
		洋蔥		豆乾丁		紅蘿蔔		薑		濕木耳
	高麗菜炒蛋	高麗菜	燜南瓜	南瓜	菠菜小魚湯	菠菜		蒜頭		蔥
		雞蛋		薑		吻仔魚		素雞腿		蒜仁
	肉絲冬粉湯	肉絲	蔬菜養生湯	結球白菜		芹菜末	番茄燴豆腐	番茄		嫩薑
		冬粉		枸杞	時蔬	時蔬		豆腐		不辣豆瓣醬
		芹菜		牛番茄	當季水果	當季水果	大白菜蛋花湯	大白菜	芹香貢丸	西芹菜
	時蔬	時蔬		芹菜				洗選蛋		貢丸
	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬				蔥	刈菜雞湯	刈菜
			當季水果	當季水果			時蔬	時蔬		雞腿丁
							當季水果	當季水果		薑
									時蔬	時蔬
									當季水果	當季水果
午點	桂圓糯米粥	白糯米	貝殼濃湯麵	貝殼麵	古早味米苔目	米苔目	鮮肉麵線羹	紅麵線	白木耳芋頭湯	白木耳
		黑糯米		三色豆		肉絲		豬肉絲		芋頭
		米		洋蔥		紅蘿蔔絲		木耳		
		紅棗		馬鈴薯		洋蔥		蒜酥		
		桂圓		北海道白醬		乾香菇				

114年12月餐點表										
	12/15星期一		12/16星期二		12/17星期三		12/18星期四		12/19星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	木須肉絲麵	小烏龍麵	紅豆泥包	紅豆泥包	台式鹹粥	白米	戚風蛋糕	戚風蛋糕	肉燥米粉湯	米粉
		肉絲	低糖豆漿	低糖豆漿		肉絲	牛奶	牛奶		瘦絞肉
		紅蘿蔔				香菇				芹菜
		洋蔥				胡瓜				乾香菇
		木耳絲				芹菜				
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	沙威瑪	麵包	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		雞丁		白米		白米
	雙色豬柳	梅花豬柳	洋蔥炒蛋	洋蔥		洋蔥	麵輪燒雞	雞丁	肉末豆腐	豆腐
		紅甜椒絲		蛋	豆芽菜	豆芽菜		麵輪		絞肉
		黃甜椒絲	紅燒冬瓜	冬瓜		紅蘿蔔		西芹		豆鼓
		洋蔥		薑	豆腐羹	板豆腐		紅蘿蔔		蔥
	糖醋甜不辣	甜不辣	豆皮高麗菜湯	高麗菜		絞雞胸肉	薑絲海帶根	海帶根	火腿炒蛋	火腿
	紫菜蛋花湯	蛋		豆皮		芹菜末		薑絲		蛋
		蔥		胡蘿蔔		紅蘿蔔	酸菜肉片湯	梅花肉片	玉米馬鈴薯湯	玉米
		紫菜	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬		酸菜梗		馬鈴薯
	時蔬	時蔬	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬		胡蘿蔔
	當季水果	當季水果					當季水果	當季水果	時蔬	時蔬
									當季水果	當季水果
午點	鹹湯圓	紅白小湯圓	香Q玉米	玉米	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕	酸辣湯餃	水餃	燒仙草	燒仙草原汁
		肉絲				豬肉絲		豆腐		燒仙草粉
		小白菜				乾香菇絲		黑木耳		紅豆
		芹菜				高麗菜絲		紅蘿蔔		芋圓
		乾香菇絲						金茸菇		地瓜圓
								蛋		

114年12月餐點表										
	12/22星期一		12/23星期二		12/24星期三				12/26星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容			餐點名稱	食材內容
早點	貢丸湯麵	貢丸	三明治	吐司	翡翠吻仔魚粥	白米			魚丸甜不辣湯	魚丸
		麵		蛋		菠菜				甜不辣
		小白菜		火腿		吻仔魚				
			牛奶	牛奶						
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	什錦炒米粉	細乾米粉			紫米飯	紫米
		白米		白米		木耳				白米
	三杯雞	雞丁	香濃咖哩	紅蘿蔔		紅蘿蔔			回鍋肉	梅花豬肉片
		蒜仁		咖哩		豆芽菜				高麗菜
		薑		麵腸		肉絲				甜麵醬
		九層塔		洋蔥		蔥			玉米毛豆	玉米
		杏鮑菇		鮑魚菇	蒜香雞湯	雞肉				毛豆
	黃瓜炒肉絲	黃瓜		馬鈴薯		洋蔥			番茄豆腐湯	番茄
		肉絲	雪菜豆乾丁	雪菜		蒜頭				豆腐
	雪蓮子雞湯	雪蓮子		豆乾丁	時蔬	時蔬				蔥
		雞肉	藥膳蘿蔔湯	十全藥材包	當季水果	當季水果			時蔬	時蔬
		薑		枸杞					當季水果	當季水果
	有機蔬菜	有機高麗菜		白蘿蔔						
	當季水果	當季水果		紅蘿蔔						
			時蔬	時蔬						
			當季水果	當季水果						
午點	枸杞南瓜小米粥	小米	羅漢齋麵疙瘩	麵疙瘩	油豆腐細粉	冬粉			紅豆米苔目	紅豆
		南瓜		紅蘿蔔		小油豆腐				米苔目
		枸杞		大白菜		生香菇				
		白米		生香菇		紅蘿蔔				
				濕豆皮		高麗菜				
						薑絲				

114年12月餐點表										
	12/29星期一		12/30星期二		12/31星期三					
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容				
早點	家常炒麵	麵	芋頭饅頭	芋頭饅頭	山藥肉末粥	白米				
		紅蘿蔔絲	洛神花茶	洛神花茶		山藥				
		木耳絲				絞肉				
		肉絲				香菇				
		高麗菜								
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	義大利肉醬螺旋麵	螺旋麵				
		白米		白米		絞肉				
	滷肉排	梅花肉	木耳炒豆干	木耳		洋蔥				
	豆包炒杏菇	杏鮑菇		豆干片		紅蘿蔔				
		炸豆包		芹菜		番茄醬				
	黃瓜竹輪湯	黃瓜	白菜滷	白菜	玉米濃湯	玉米粒				
		竹輪		豆皮		玉米醬				
	時蔬	時蔬		紅蘿蔔		紅蘿蔔				
	當季水果	當季水果	味噌海芽湯	海帶芽		蛋				
				蔥		素火腿				
				味噌		洋蔥				
			時蔬	時蔬	高麗菜	高麗菜				
			當季水果	當季水果	當季水果	當季水果				
午點	肉骨茶麵線	白麵線	薑汁地瓜湯	地瓜	八寶冬粉	冬粉				
		肉絲		薑		金針				
		蒜仁				木耳				
		高麗菜				高麗菜				
		肉骨茶包				芹菜				
						肉絲				
5										

★本份餐點如對芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品過敏者，請聯繫班級老師。