

112年12月餐點表

12/1 星期五

								餐點名稱	食材內容
早點								慶生蛋糕	慶生蛋糕
午餐								紫米飯	紫米
									白米
								三色雞丁	雞丁
									三色豆
								金菇肉絲	肉絲
									金菇
								冬瓜排骨湯	大骨
									冬瓜
									薑片
								有機蔬菜	有機高麗菜
								當季水果	當季水果
午點								魚丸甜不辣湯	甜不辣
									魚丸

112年12月餐點表

	12/4星期一		12/5星期二		12/6星期三		12/7星期四		12/8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+牛奶	原味饅頭	南瓜雞肉粥	白米	草莓吐司+洛神花茶	草莓吐司	茶葉蛋+低糖豆漿	茶葉蛋
		玉米醬		牛奶		雞絞肉		洛神花茶		低糖豆漿
		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	古早味米粉	細乾米粉	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		乾香菇		白米		白米
	洋芋絞肉	馬鈴薯	茄汁豆包	濕豆包		紅蘿蔔	蔥汁雞	雞胸肉丁	日式壽喜燒	豬肉片
		紅蘿蔔		洋蔥		高麗菜		嫩薑絲		洋蔥
		蔥末		蕃茄		肉絲		青蔥	咖哩洋芋	洋芋
		絞肉		蕃茄醬		芹菜末	肉絲銀芽	肉絲		紅蘿蔔
	沙茶白菜粉絲煲	冬粉	椒香炒蛋	甜椒	酸辣湯	豆腐		銀芽		咖哩
		大白菜		雞蛋		黑木耳	羅宋湯	紅蘿蔔	味噌湯	板豆腐
	香菇雞湯	雞丁	什錦鮮菇湯	鮮香菇		紅蘿蔔		洋蔥		細味噌
		乾香菇絲		鮑魚菇		金茸菇		馬鈴薯		青蔥
		薑絲		金針菇		蛋		蕃茄	時蔬	時蔬
	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬		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	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬		
							當季水果	當季水果		
午點	燒賣	港式燒賣	雞絲麵	雞絲麵	什錦滷味	烏蛋	台式炒粿條	板條	雙豆甜湯	紅豆
	海帶芽湯	薑		木耳		素雞		豆芽菜		綠豆
		海帶芽		芹菜		杏鮑菇		洋蔥		
				紅蘿蔔絲		大竹輪		蔥		
								肉絲		

112年12月餐點表

	12/11星期一		12/12星期二		12/13星期三		12/14星期四		12/15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+牛奶	起司饅頭	芋香鹹粥	白米	戚風蛋糕+麥茶	戚風蛋糕	雞肉河粉	板條
		豬肉絲		牛奶		芋頭		麥茶		雞絲
		魚板				乾香菇				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	酸菜炒麵腸	麵腸		青椒	蠔油雞腿	雞肉	魚香肉絲	豬肉絲
		生香菇		酸菜		洋蔥		蔥		去皮荸薺
		洋蔥		薑		紅蘿蔔		薑		濕木耳
	豆包炒杏菇	杏鮑菇	燜南瓜	南瓜	海芽小魚湯	海帶芽		蒜頭		蔥
		炸豆包		薑		吻仔魚		素雞腿		蒜仁
	肉絲冬粉湯	肉絲	白菜蛋花湯	土白菜		蔥	番茄燴豆腐	番茄		嫩薑
		冬粉		洗選蛋	時蔬	時蔬		豆腐		不辣豆瓣醬
		芹菜		雞骨架	當季水果	當季水果	蘿蔔排骨湯	白蘿蔔	芹香貢丸	西芹菜
	時蔬	時蔬		蔥				香菜		貢丸
	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬				大骨	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
									有機蔬菜	有機高麗菜
									當季水果	當季水果
午點	關東煮	白蘿蔔	貝殼濃湯麵	貝殼麵	古早味米苔目	米苔目	肉羹麵線	紅麵線	白木耳芋頭湯	白木耳
		竹輪		三色豆		肉絲		肉羹		芋頭
		甜不辣		洋蔥		紅蘿蔔絲		紅蘿蔔絲		
		紅蘿蔔		馬鈴薯		洋蔥		木耳絲		
				北海道白醬		乾香菇		香菜		

112年12月餐點表

	12/18星期一		12/19星期二		12/20星期三		12/21星期四		12/22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+低糖豆漿	紅豆泥包	台式鹹粥	白米	乳酪吐司+牛奶	乳酪吐司	肉燥米粉湯	米粉
		肉絲		低糖豆漿		肉絲		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	義大利肉醬螺旋麵	螺旋麵	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		絞肉		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		紅蘿蔔		麵輪		絞肉
		黃甜椒絲	紅燒冬瓜	冬瓜		番茄醬		西芹		豆鼓
		洋蔥		薑	玉米濃湯	玉米粒		紅蘿蔔		蔥
	糖醋甜不辣	甜不辣	三色豆腐湯	三色豆		玉米醬	薑絲海帶根	海帶根	火腿炒蛋	火腿
	紫菜蛋花湯	蛋		豆腐		紅蘿蔔		薑絲		蛋
		蔥		芹菜		蛋	榨菜肉絲湯	榨菜	冬菇髮菜湯	髮菜
		紫菜	時蔬	時蔬		素火腿		肉絲		生香菇
	時蔬	時蔬	當季水果	當季水果		洋蔥	時蔬	時蔬		薑絲
	當季水果	當季水果			高麗菜	高麗菜	當季水果	當季水果		紅蘿蔔
					當季水果	當季水果			時蔬	時蔬
									當季水果	當季水果
午點	地瓜湯	地瓜	羅漢齋麵疙瘩	水餃皮	酸辣湯餃	水餃	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕	地瓜湯	地瓜
		薑		紅蘿蔔		豆腐		豬肉絲		薑
				大白菜		黑木耳		乾香菇絲	鹹湯圓	紅白小湯圓
				生香菇		紅蘿蔔		高麗菜絲		肉絲
				濕豆皮		金茸菇		素蘿蔔糕		小白菜
						蛋				芹菜
										乾香菇絲

112年12月餐點表

12/25星期一		12/6星期二		12/27星期三		12/28星期四			
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 麵 小白菜	芋頭饅頭+牛奶 芋頭饅頭 牛奶	翡翠吻仔魚粥	白米 菠菜 吻仔魚	克林姆餐包+柚子茶	克林姆餐包 柚子茶		
午餐	地瓜飯	地瓜 白米	五穀飯 五穀米 白米	香菇肉羹燴飯	白米 肉羹	燕麥飯	燕麥 白米		
	三杯雞	雞丁 蒜仁 薑 九層塔 杏鮑菇	香濃咖哩 紅蘿蔔 咖哩 麵腸 洋蔥 鮑魚菇		鮮香菇 脆筍絲 木耳 紅蘿蔔	回鍋肉	梅花豬肉片 高麗菜 甜麵醬		
	黃瓜炒肉絲	黃瓜 肉絲	馬鈴薯 雪菜	山藥鮮雞湯	無骨雞腿丁 山藥	家常羅漢湯	雞蛋 鮑魚菇		
	玉米蛋花湯	玉米粒 雞蛋 蔥花	豆乾丁 番茄 金針菇	時蔬 當季水果	時蔬 當季水果		馬鈴薯 紅蘿蔔		
	時蔬 當季水果	時蔬 當季水果	小白菜 時蔬 當季水果			時蔬 當季水果	時蔬 當季水果		
午點	枸杞南瓜小米粥	小米 南瓜 枸杞 白米	香Q玉米 玉米	燒仙草	燒仙草原汁 燒仙草粉 紅豆 芋圓 地瓜圓	油豆腐細粉	冬粉 小油豆腐 生香菇 紅蘿蔔 高麗菜 薑絲		

★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。