

	一	二	三	四 1/1	五 1/2
第一週	早點心				玉米粥
	午 餐			元旦放假	白米/糙米飯 馬鈴薯燒肉/玉米筍燴香菇 炒青菜/味噌豆腐湯 時令水果
	午點心				生日蛋糕 麥茶
餐點類別檢核	全穀雜糧類				V
	豆魚蛋肉類				V
	蔬菜類				V
	水果類				V
	一 1/5	二 1/6	三 1/7	四 1/8	五 1/9
第二週	早點心	南瓜米粉湯	香菇瘦肉粥	果醬三明治 牛奶	銀絲卷 豆漿
	午 餐	白米/糙米飯 照燒魚塊/洋蔥煎蛋 炒青菜/黃瓜貢丸湯 時令水果	義大利麵 肉醬義大利麵/烤雞腿 炒青菜/玉米段排骨湯 時令水果	白米/糙米飯 瓜仔肉/蔥燒豆腐 炒青菜/紫菜魚丸湯 時令水果	白米/糙米飯 糖醋雞腿排/紅燒豆干 炒青菜/蕃茄蛋花湯 時令水果
	午點心	蔥酥餅	起司漢堡 米漿	味噌烏龍麵	焗烤吐司
餐點類別檢核	全穀雜糧類	V	V	V	V
	豆魚蛋肉類	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V
	一 1/12	二 1/13	三 1/14	四 1/15	五 1/16
第三週	早點心	蔬菜冬粉湯	蛋絲麵線	火腿三明治 牛奶	清粥小菜
	午 餐	白米/糙米飯 醬燒魚排/紅蘿蔔炒蛋 炒青菜/山藥雞湯 時令水果	白米/糙米飯 肉羹飯/炸雞塊 炒青菜/牛蒡排骨湯 時令水果	白米/糙米飯 洋蔥燴豬排/照燒嫩豆腐 炒青菜/雙色蘿蔔湯 時令水果	白米/糙米飯 香煎雞腿排/五香豆干 炒青菜/榨菜肉絲湯 時令水果
	午點心	蒸地瓜	香蒜吐司 麥茶	散壽司	肉燥麵
餐點類別檢核	全穀雜糧類	V	V	V	V
	豆魚蛋肉類	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V
	一 1/19	二 1/20	三 1/21	四 1/22	五 1/23
第四週	早點心	貢丸冬粉湯	擔仔麵	起司三明治 牛奶	地瓜粥
	午 餐	白米/糙米飯 香酥鱈魚/雞茸蒸蛋 炒青菜/蘿蔔肉片湯 時令水果	白米/糙米飯 茄汁炒飯/滷素雞 炒青菜/黃瓜排骨湯 時令水果	白米/糙米飯 南瓜燉肉/滷豆腐 炒青菜/蔬菜濃湯 時令水果	白米/糙米飯 醬料雞腿排/豆干炒肉絲 炒青菜/紫菜蛋花湯 時令水果
	午點心	時蔬麵	鮪魚沙拉堡 米漿	肉燥乾麵	什錦蘿蔔糕
餐點類別檢核	全穀雜糧類	V	V	V	V
	豆魚蛋肉類	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V
	一 1/26	二 1/27	三 1/28	四 1/29	五 1/30
第五週	早點心	肉燥米粉湯	小魚粥	全麥三明治 牛奶	蔬菜湯麵
	午 餐	白米/糙米飯 糖醋魚/玉米炒蛋 炒青菜/黃瓜肉片湯 時令水果	油麵 什錦炒麵/蔥爆甜不辣 炒青菜/馬鈴薯排骨湯 時令水果	白米/糙米飯 蜜汁豬排/糖醋豆腐 炒青菜/蛤蠣雞湯 時令水果	白米/糙米飯 蜜汁雞腿排/滷豆干 炒青菜/珍菇三絲湯 時令水果
	午點心	大阪煎	熱狗沙拉堡 米漿	貢丸麵	起司吐司
餐點類別檢核	全穀雜糧類	V	V	V	V
	豆魚蛋肉類	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V

廚工：陳意炘

營養師：賴明宏

園長：傅麗珍

【註】\* 餐點提供時間：上午點心 9:00-9:30, 午餐 11:30-12:30, 下午點心 15:00-15:30 \* 餐點會隨課程及時令需要進行調整，每天午餐提供當令新鮮水果。

\* 菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核。

\* 食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食（如：不加未煮熟之蔥花）/ 口味輕淡（如：低糖低鹽、少刺激物等）。

\* 每月第二個星期五為全園野餐日，當月菜單會公於幼兒園公佈欄，請家長自行參閱。

「本園肉類食材採用國產豬」「本園未使用輻射污染食品」

※本園向芬芳烹材股份有限公司供應商採買※