

新北市私立徐匯幼兒園110年12月餐點表

日期	星期	早 點	午 餐					午 點	熱量 卡	醣類 公克	蛋白質 公克	脂肪 公克	
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯						水果
1	三	肉鬆稀飯	糙米飯	糖醋雞胸肉	螞蟻上樹	時令蔬菜	海帶芽湯	時令水果	什錦紛絲	853	123	29	25
2	四	鍋燒麵	糙米飯	香酥豬排	玉米滑蛋	時令蔬菜	紅棗枸杞湯	時令水果	綠豆薏仁湯	875	83	42	40
3	五	湯餃	什錦炒麵、貢丸湯					時令水果	肉羹稀飯	839	103	34	31
6	一	馬拉糕、牛奶	糙米飯	紅糟肉片	黑木耳蘿蔔絲	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	油豆腐細粉	875	108	35	32
7	二	什錦湯麵	糙米飯	海帶燒肉	麻婆豆腐	時令蔬菜	金針花湯	時令水果	蔬菜粥	856	103	38	31
8	三	芋香米粉	糙米飯	唐揚雞	芝麻海帶絲	時令蔬菜	菜頭丸子湯	時令水果	薑汁地瓜甜湯	898	106	40	34
9	四	南瓜營養粥	糙米飯	香菇肉燥	羅勒煎蛋	時令蔬菜	山藥雞骨湯	時令水果	酸辣麵	903	90	42	40
10	五	雞絲麵	什錦豬柳燴飯、海帶豆腐湯					時令水果	皮蛋瘦肉粥	873	100	33	36
13	一	鮮奶饅頭、牛奶	糙米飯	馬鈴薯燒肉	蔥花蛋	時令蔬菜	豆腐湯	時令水果	古早味米苔目	853	128	28	24
14	二	廣東粥	糙米飯	蜜汁雞腿	滷豆干、海帶	時令蔬菜	蕃茄蔬菜湯	時令水果	紅豆甜湯	869	98	37	34
15	三	叻仔魚麵線	糙米飯	青椒肉絲	酥炸小魚	時令蔬菜	雞蓉玉米湯	時令水果	芋頭稀飯	863	105	30	33
16	四	魚丸冬粉	糙米飯	蘿蔔燉肉	紅燒麵腸	時令蔬菜	鮮菇菜心湯	時令水果	什錦雞蛋麵	911	87	45	43
17	五	火腿滑蛋粥	經典滷肉飯、香甜蓮藕湯					時令水果	金瓜米粉	859	86	36	39
20	一	小籠包、牛奶	糙米飯	彩椒雞柳條	枸杞蒸蛋	時令蔬菜	白蘿蔔湯	時令水果	蔬菜麵	882	101	34	35
21	二	蘿蔔糕湯	糙米飯	脆瓜燉肉	毛豆炒豆乾	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	菇菇糙米粥	899	94	44	37
22	三	榨菜肉絲麵	糙米飯	洋蔥豬柳	番茄炒蛋	時令蔬菜	酸辣湯	時令水果	甜不辣	884	98	36	38
23	四	肉燥米粉	糙米飯	竹筍燒肉	塔香菇菇	時令蔬菜	黃瓜丸子湯	時令水果	生日蛋糕	905	104	35	32
24	五	台式鹹稀飯	義大利麵、南瓜湯					時令水果	貢丸粉絲	869	109	30	26
27	一	雞蛋小饅頭、牛奶	糙米飯	三杯雞	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	牛蒡湯	時令水果	芋圓甜湯	857	97	31	40
28	二	粿仔條	糙米飯	咕咾肉	開陽白菜	時令蔬菜	洋蔥濃湯	時令水果	當歸枸杞麵線	876	91	38	35
29	三	香菇肉粥	糙米飯	木耳炒肉絲	醬燒南瓜	時令蔬菜	薑絲蚬湯	時令水果	大滷麵	860	104	37	31
30	四	米粉湯	什錦炒飯、枸杞雞湯					時令水果	沙琪瑪	886	107	35	34
31	五	~元旦補假一天~											

本園一律使用芬芳烹材提供的CAS合格電宰場屠宰的國產優良畜養豬隻，請安心食用。

如因遇天災或不可抗力之因素，有些食材無法供應時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

餐點表設計者：林麗蘭