

新北市私立徐匯高級中學附設徐匯幼兒園114年12月餐點表

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬菜 類	水果 類
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果					
1	一	鮮奶饅頭、牛奶	糙米飯	咕咾肉	芹菜三絲	時令蔬菜	黃瓜丸子湯	時令水果	南瓜米粉	✓	✓	✓	✓
2	二	什錦湯麵	糙米飯	蒼蠅頭	肉末炒玉米粒	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	肉羹稀飯	✓	✓	✓	✓
3	三	全麥果醬吐司	戶外教學-準休閒農場（自備午餐）						沙其瑪				
4	四	蔬菜粉絲	糙米飯	青椒肉絲	椒鹽豆包	時令蔬菜	山藥雞骨湯	時令水果	擔子麵	✓	✓	✓	✓
5	五	玉米滑蛋糙米粥	古早味肉絲蔬菜炒米粉				豬血湯	時令水果	枸杞麵線	✓	✓	✓	✓
8	一	米粉湯	糙米飯	香菇肉燥	紅蘿蔔炒豆皮	時令蔬菜	冬瓜湯	時令水果	大滷麵	✓	✓	✓	✓
9	二	皮蛋瘦肉粥	糙米飯	香酥雞	醬燒南瓜	時令蔬菜	酸辣湯	時令水果	粿仔條	✓	✓	✓	✓
10	三	米苔目	糙米飯	馬鈴薯燒肉	三杯杏鮑菇	時令蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
11	四	蔬菜雞蛋麵	糙米飯	左宗棠雞	麻婆豆腐	時令蔬菜	雙色蘿蔔湯	時令水果	什錦粉絲	✓	✓	✓	✓
12	五	蔬菜湯餃	糙米飯	豬肉彩蔬燴飯			玉米湯	時令水果	豆花	✓	✓	✓	✓
15	一	鍋燒麵	糙米飯	木耳炒肉絲	香滷豆皮捲	時令蔬菜	金針花湯	時令水果	廣東粥	✓	✓	✓	✓
16	二	麻油麵線糊	糙米飯	蘿蔔燉肉	螞蟻上樹	時令蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果	貢丸細粉	✓	✓	✓	✓
17	三	肉羹麵	糙米飯	紅燒獅子頭	毛豆炒豆乾	時令蔬菜	牛蒡湯	時令水果	芋頭稀飯	✓	✓	✓	✓
18	四	肉燥米粉	糙米飯	南瓜燉肉	玉米滑蛋	時令蔬菜	海帶芽湯	時令水果	客家板條	✓	✓	✓	✓
19	五	雞蓉玉米糙米粥	什錦蔬菜豬肉炒麵				紫菜蛋花湯	時令水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
22	一	蔬菜拉麵	糙米飯	洋蔥豬柳	客家小炒	時令蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	香菇肉粥	✓	✓	✓	✓
23	二	冬菜冬粉	糙米飯	蜜汁雞柳	三色燴豆腐	時令蔬菜	蔬菜湯	時令水果	甜不辣	✓	✓	✓	✓
24	三	南瓜營養粥	糙米飯	瓜仔肉	紅燒麵腸	時令蔬菜	薑絲蜆湯	時令水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
26	五	田園蔬菜糙米粥	糙米飯	日式彩蔬丼飯			味噌豆腐湯	時令水果	無奶油戚風蛋糕	✓	✓	✓	✓
29	一	蘿蔔糕	糙米飯	玉米炒雞丁	彩椒炒菇	時令蔬菜	紅棗枸杞湯	時令水果	油豆腐細粉	✓	✓	✓	✓
30	二	肉鬆稀飯	糙米飯	梅干扣肉	什錦蒸蛋	時令蔬菜	南瓜湯	時令水果	榨菜肉絲麵	✓	✓	✓	✓
31	三	味噌拉麵	糙米飯	菇菇雞腿肉	洋蔥燒豆腐	時令蔬菜	白蘿蔔排骨湯	時令水果	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓

本園未使用輻射污染食品，並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，有些食材無法供應或廚房阿姨請假時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

12/3廚房顏阿姨休假一天。



餐點表設計者：周麗麗