

臺中市龍井國小附設幼兒園 幼兒餐點表【105年12月】

週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	12/1~12/2	早點				酸辣嫩腐羹	清蛋糕+鮮奶
		午餐				(香香芝麻飯) 醬爆肉片 蝦皮炒豆薯 季節時蔬 山藥排骨湯 四季水果	鮭魚蛋炒飯 泰式打拋肉 芹香玉米湯 四季水果
		午點				茶葉蛋+蔬菜湯	雙色甜湯
第二週	12/5~12/9	早點	南洋肉骨茶麵	十全大補湯	雙鮮細粉湯	玉米濃湯+珍珠餃	高麗菜銀魚粥
		午餐	(養生紫米飯) 炒百菇 金銀嫩腐煲 季節時蔬 青菜蛋花湯 四季水果	(營養糙米飯) 蠔油雞腿丁 彩椒炒丁香 季節時蔬 雙色蘿蔔湯 四季水果	(健康小米飯) 蒜香燉肉 白菜滷 季節時蔬 金針排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 鹹酥魚丁 青豆蒸蛋 季節時蔬 大瓜雞骨湯 四季水果	香菇肉燥拌拌麵 什錦蔬菜滷盤 滑蛋肉片湯 四季水果
		午點	珍珠丸子+豆漿	馬來糕+大麥飲	花生豆花	全麥果醬吐司+鮮奶	黑糖糕+保久乳
第三週	12/12~12/16	早點	甘味香菇雞盅	翡翠鮮味魚片粥	越式河粉湯	古早味花枝羹	麻香鮑菇麵線
		午餐	(營養糙米飯) 洋蔥紅蘿嫩馬鈴薯 芝麻甜蔥煎蛋 季節時蔬 腐皮蔬菜湯 四季水果	(高纖麥片飯) 冬瓜燒肉 什錦粉絲 季節時蔬 黃金蚬湯 四季水果	(小薏仁飯) 三杯雞 花椰什錦 季節時蔬 和風味噌湯 四季水果	(營養糙米飯) 薑炒魚丁 銀芽雞柳 季節時蔬 結頭菜大骨湯 四季水果	DIY漢堡餐 羅宋湯 四季水果
		午點	穀類脆片+鮮奶	蛋餅+護眼飲	蔥花捲+鮮奶	包子+豆漿	奶香紅豆西米露
第四週	12/19~12/23	早點	鮮肉雲吞湯	什錦鍋燒麵	冬至鹹湯圓	山藥大補粥	海鮮湯麵
		午餐	(健康小米飯) 蘿蔔滷麵輪 南瓜毛豆枸杞燴蛋 季節時蔬 三絲湯 四季水果	(營養糙米飯) 煎魚漿 家常豆腐 季節時蔬 四神排骨湯 四季水果	(五穀雜糧飯) 蔥爆肉片 西芹炒甜條 季節時蔬 菇菇蛋花湯 四季水果	(營養糙米飯) 茄汁雞柳 吻魚煎蛋 季節時蔬 包白什錦湯 四季水果	什錦肉片燴飯 芝麻昆布滷 芹香油腐湯 四季水果
		午點	芝麻包+鮮奶	綜合燒仙草	黑糖饅頭+鮮奶	燒賣+豆漿	布丁+蘇打餅
第五週	12/26~12/30	早點	鮮味花菜肉末粥	福州魚丸湯	味噌肉片麵	水餃+柴魚嫩腐湯	鯖魚麵線
		午餐	素香炒麵 麻油杞子爆鮑菇 青菜蛋花湯 四季水果	(營養糙米飯) 塔香肉絲 大瓜什燴 季節時蔬 海菜銀魚湯 四季水果	(金黃地瓜飯) 清蒸魚片 沙茶百頁 季節時蔬 菜心大骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 彩椒雞片 鮮味蒸蛋 季節時蔬 木須玉筍排骨湯 四季水果	(香香芝麻飯) 鹹蛋蒸肉 蔥爆豆干 季節時蔬 冬瓜蛤蜊湯 四季水果
		午點	銀絲捲+鮮奶	蔥油餅+豆漿	日式關東煮	奶黃包+鮮奶	芋圓地瓜圓