財團法人天主教會嘉義教區附設雲林縣私立聖愛幼兒園

113 學年度第一學期 113 年 12月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午 餐 | 當季水果 | 下午點心 | 餐點類別檢核 |
| 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 2 | 一 | 白粥 麵筋 | 白飯、海帶結滷麵輪、豆皮炒鮮蔬、味噌湯 | 水果 | 餐包 麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 3 | 二 | 鍋燒意麵 | 白飯、香菇丸滷肉、青翠時蔬、南瓜湯 | 水果 | 鮪魚粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 4 | 三 | 玉米濃湯 | 什錦炒麵、金針排骨湯 | 水果 | 古早味粉圓 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 5 | 四 |  麥片 牛奶 | 白飯、蔥燒豆腐、青翠時蔬、榨菜肉絲湯 | 水果 | 蔬菜水餃 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 6 | 五 |  關東煮 | 白飯 番茄炒蛋、薑絲悶冬瓜、金針菇肉絲湯 | 水果 | 小米粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 9 | 一 | 饅頭 麥茶 | 白飯、三杯麵腸、青翠時蔬、薑絲海帶芽湯 | 水果 | 綠豆地瓜湯  | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 10 | 二 | 鍋燒雞絲麵 | 白飯、紅燒雞肉、青翠時蔬、薑絲冬瓜湯 | 水果 | 蘿蔔糕湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 11 | 三 | 白粥 麵筋 | 火腿玉米蛋炒飯 金針排骨湯 | 水果 | 青蔥麵線 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 12 | 四 | 雞麵線 | 水餃、玉米濃湯 | 水果 | 古早味粉圓 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 13 | 五 |  麥片 牛奶 | 白飯、洋蔥炒蛋、油豆腐滷肉、榨菜肉絲湯 | 水果 | 鮪魚粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 16 | 一 | 銀絲卷 紅棗茶 | 白飯、糖醋豆包、青翠時蔬、紫菜蛋花湯 | 水果 | 小米粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 17 | 二 | 莧菜吻仔魚粥 | 白飯、紅燒雞肉、培根炒銀芽、空心菜湯 | 水果 | 餐包 麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 18 | 三 | 草莓吐司 麥茶 | 白飯、鳥蛋滷肉燥、青翠時蔬、味噌湯 | 水果 | 古早味粉圓 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 19 | 四 |  蘿蔔糕湯 | 白飯、豬肉蔬菜咖哩、菜頭魚丸大骨湯 | 水果 | 陽春麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 20 | 五 | 蘑菇玉米濃湯 | 白飯、筍乾滷肉、白菜滷、番茄蛋花湯 | 水果 | 油豆腐粉絲湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 23 | 一 | 饅頭 紅棗茶 | 什錦素炒麵、芹菜貢丸湯 | 水果 |  滑蛋玉米粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 24 | 二 | 蘿蔔糕湯 | 什錦炒飯、酸辣湯 | 水果 | 綠豆地瓜湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 25 | 三 | 水餃湯 |  耶誕火雞大餐 | 水果 | 陽春麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 26 | 四 |  麥片 牛奶  | 香菇肉羹飯、滷蛋 | 水果 | 油豆腐冬粉湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 27 | 五 | 關東煮 | 白飯、甜條滷肉、玉米炒蛋 、蘿蔔大骨湯 | 水果 |  草莓吐司  麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 30 | 一 | 饅頭 枸茍茶 | 白飯、豆皮炒鮮蔬、香菇滷麵腸、南瓜湯 | 水果 | 雞絲蛋麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 31 | 二 | 皮蛋瘦肉粥 | 白飯、五香肉排、青翠時蔬、小魚乾莧菜湯 | 水果 | 芋頭西米露 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| ◎食材來源一律使用國產豬肉(當天市場採購溫體豬肉)◎每日餐點均含全榖雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，但必要時會有適時變動。◎ 響應世界地球日，全球蔬食一日計畫，週一:蔬食料理，無肉日◎ 菜單同步公告於「聖愛幼兒園」網站 |