

三 德 幼 兒 園 十 二 月 份 營 養 餐 點 表 111.12.1-111.12.30

日 期	星 期	上 午 點 心	午 餐	下 午 點 心
1	四	黑糖饅頭、牛奶	金菇炒肉絲、滷豆腐、時令青菜、玉米排骨湯、水果	地瓜粥
2	五	玉米瘦肉粥	洋蔥肉燥、毛豆煎蛋、時令青菜、酸不辣湯、水果	肉羹麵
5	一	烏龍湯麵	義大利肉醬麵、南瓜濃湯、水果	香菇瘦肉粥
6	二	蘿蔔糕湯	紅燒豬肉、魯蛋、時令青菜、薑絲冬瓜湯、水果	油豆腐冬粉湯
7	三	海鮮粥	吻仔魚炒蛋、紅燒豆腐皮、時令蔬菜、蛤蜊湯、水果	牛奶西米露
8	四	小兔包、麥茶	糖醋肉片、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、香菇雞湯、水果	陽春麵
9	五	糙米排骨粥	醬爆豬肉片、炒天婦羅、時令青菜、豆腐蛋花湯、水果	甜豆花
12	一	滑蛋冬粉湯	洋芋咖哩雞肉飯、海帶芽排骨湯、水果	關東煮
13	二	米粉湯	瓜仔肉、醬燒杏鮑菇、時令青菜、大黃瓜排骨湯、水果	雞絲麵
14	三	鮪魚粥	紅燒魚片、蔥花蛋、時令青菜、味噌豆腐湯、水果	紅豆湯
15	四	饅頭、豆漿	蔥燒肉燥、菜脯蛋、時令青菜、蘿蔔排骨湯、水果	擔仔麵
16	五	鹹米苔目	馬鈴薯燒肉、炒豆干、時令青菜、蓮藕排骨湯、水果	仙草蜜
19	一	廣東粥	蔬菜肉絲炒麵、羅宋湯、水果	肉燥米粉湯
20	二	餛飩湯	滷肉飯、油豆腐、時令青菜、紫菜蛋花湯、水果	玉米雞肉粥
21	三	蔬菜河粉湯	炸杏鮑菇、醬滷蘿蔔、時令青菜、黃豆芽湯、水果	紫米粥
22	四	蛋花雞絲麵	洋蔥雞柳、麻婆豆腐、時令青菜、貢丸湯、水果	蔬菜拉麵
23	五	玉米濃湯	三杯雞丁、塔香蛋、時令青菜、豆腐味噌湯、水果	皮蛋瘦肉粥
26	一	肉絲河粉湯	香菇肉絲炒米粉、牛蒡排骨湯、水果	牛奶吐司、牛奶
27	二	鍋燒意麵	木須炒肉絲、馬鈴薯丁炒蛋、時令青菜、青菜蛋花湯、水果	湯餃
28	三	魚片粥	金菇炒三鮮、炒南瓜、時令青菜、魚丸湯、水果	黑糖地瓜甜湯
29	四	玉米脆片、牛奶	蘿蔔燒肉、原味蒸蛋、時令青菜、洋芋大骨湯、水果	麻油麵線
30	五	滑蛋瘦肉粥	滷小雞腿、五香豆干、時令青菜、冬瓜湯、水果	肉燥冬粉

- ☺ 每日餐點菜餚均以少油低鹽低糖為烹調原則。
- ☺ 蔬果以當令食材為主，會依需要調整，養成寶貝均衡飲食的習慣，就從不挑食開始。
- ☺ 本園食用的肉品、水果皆是國產食材。
- ☺ 餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所變動。