

新北市三重區光榮國民中學附設幼兒園 112年度上學期12月份餐點表

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
12/1	五	芝麻包、牛奶	時蔬咖哩雞肉飯			有機蔬菜	蕃茄海芽豆腐湯	時令水果	豆漿蛋糕、柚子茶	√	√	√	√
12/4	一	黑糖饅頭、鮮奶	白飯	瓜仔肉燥	蝦仁炒蛋	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	味噌拉麵	√	√	√	√
12/5	二	菠菜小魚粥	什錦肉羹燴飯			有機蔬菜	排骨南瓜湯	時令水果	古早味豆花	√	√	√	√
12/6	三	鍋燒意麵	五穀飯	醬燒雞柳	金沙豆腐	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊湯	時令水果	養生地瓜湯	√	√	√	√
12/7	四	白菜雲吞湯	糙米飯	糖醋魚	豆干炒肉絲	有機蔬菜	蘿蔔雞湯	時令水果	馬拉糕、桂圓茶	√	√	√	√
12/8	五	玉米蛋肉粥	櫛瓜茄汁肉醬貝殼麵			有機蔬菜	味噌豆腐蛋花湯	時令水果	哈斯吐司、優酪乳	√	√	√	√
12/11	一	銀絲卷、薏仁漿	白飯	馬鈴薯燒肉	開陽胡瓜	有機蔬菜	排骨黃瓜湯	時令水果	雞火粥	√	√	√	√
12/12	二	貴妃鮑魚粥	五穀飯	玉米雞丁	蘿蔔燒麵輪	有機蔬菜	鮮菇蔬菜湯	時令水果	蒸甜玉米、豆漿	√	√	√	√
12/13	三	雞絲麵	糙米飯	蔥燒魚	蕃茄豆腐	有機蔬菜	鳳梨雞湯	時令水果	什錦甜湯	√	√	√	√
12/14	四	山藥肉末粥	紫米飯	筍絲燉肉	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	味噌蛤蜊湯	時令水果	珍珠丸	√	√	√	√
12/15	五	生日蛋糕、小麥飲	什錦海鮮炒麵			有機蔬菜	蓮子排骨冬瓜湯	時令水果	日式關東煮	√	√	√	√
12/18	一	雞蛋饅頭、鮮奶	白飯	打拋豬肉	紅燒南瓜	有機蔬菜	牛蒡排骨湯	時令水果	雞茸玉米濃湯	√	√	√	√
12/19	二	茶碗蒸	水餃		滷雞腿	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	香芋鹹粥	√	√	√	√
12/20	三	花枝羹湯	五穀飯	鳳梨雞丁	玉米炒蛋	有機蔬菜	香菇順氣湯	時令水果	地瓜條、決明子	√	√	√	√
12/21	四	燒賣、米漿	糙米飯	蒜泥白肉	香菇豆腐	有機蔬菜	蒜頭雞湯	時令水果	紅豆湯	√	√	√	√
12/22	五	小魚蛋稀飯	奶油鮭魚義大利麵			有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	時令水果	可頌麵包、果汁	√	√	√	√
12/25	一	脆片鮮奶	總匯披薩			有機蔬菜	排骨山藥湯	時令水果	鮮味火鍋	√	√	√	√
12/26	二	瓠瓜鹹粥	糙米飯	蠔油雞片	滷豆干海帶	有機蔬菜	蕃茄蛋花湯	時令水果	仙草蜜	√	√	√	√
12/27	三	鮮蔬湯餃	五穀飯	清蒸鱸魚	馬鈴薯肉末	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	奶黃包、桂圓茶	√	√	√	√
12/28	四	咖哩魚丸冬粉	紫米飯	三杯雞	紅絲炒蛋	有機蔬菜	黃瓜肉片湯	時令水果	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
12/29	五	雞肉蔬菜粥	肉絲蛋炒飯			有機蔬菜	藥膳排骨湯	時令水果	蘋果麵包、小麥飲	√	√	√	√

備註：

1. 本園一律使用國產豬肉、國產雞蛋食材，向旭歲企業有限公司有限公司供應商採買，蛋糕、麵包類向一善食品商行採買。
2. 本園未使用輻射汙染食品。
3. 本餐點內容如遇特殊情況(貨品短缺、氣候變化、活動需求等)，會進行適當調整。