

# 德來幼兒園 113 學年度上學期餐點表

|     | 星期 | 上午點心    | 午餐                        | 下午點心     | 每日食物類別一覽表 |       |     |     |
|-----|----|---------|---------------------------|----------|-----------|-------|-----|-----|
|     |    |         |                           |          | 全穀根莖類     | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 第一週 | 一  | 紅燒麵     | 南瓜燉雞肉+蒜香鵝白菜<br>紫菜蛋花湯      | 雞蓉菇菇粥    | √         | √     | √   | √   |
|     | 二  | 蛋花湯餃    | 瓜仔肉+豆芽炒木須<br>蘿蔔湯          | 香Q雞絲麵    | √         | √     | √   | √   |
|     | 三  | 地瓜粥     | 咖哩雞+味增貢丸湯<br>時令水果         | 綠豆薏仁湯    | √         | √     | √   | √   |
|     | 四  | 吐司+牛奶   | 醬燒豬肉+鮮菇莧菜<br>白菜豆腐湯        | 玉米濃湯     | √         | √     | √   | √   |
|     | 五  | 鮮蔬麵線    | 黃瓜炒蛋+紅燒油豆腐<br>玉米排骨湯+時令水果  | 芹香芋頭粥    | √         | √     | √   | √   |
| 第二週 | 一  | 豚骨拉麵    | 滷雞腿+蝦醬高麗菜<br>金針湯          | 魚丸米粉湯    | √         | √     | √   | √   |
|     | 二  | 玉米瘦肉粥   | 客家小炒+茶碗蒸<br>翡翠小魚羹湯        | 小叮噹蛋糕+麥茶 | √         | √     | √   | √   |
|     | 三  | 饅頭+豆漿   | 什錦炒飯+黃瓜魚丸湯<br>時令水果        | 香菇肉燥麵    | √         | √     | √   | √   |
|     | 四  | 蔥香肉絲冬粉  | 唐揚雞+冬瓜燴鮮菇<br>番茄蛋花湯        | 高麗菜瘦肉粥   | √         | √     | √   | √   |
|     | 五  | 吻仔魚粥    | 京醬肉絲+蒜香長豆<br>南瓜湯、時令水果     | 仙草       | √         | √     | √   | √   |
| 第三週 | 一  | 筍香麵線    | 鮪魚炒蛋+開陽油菜<br>海芽排骨湯        | 黑糖小米粥    | √         | √     | √   | √   |
|     | 二  | 滑蛋瘦肉粥   | 酥炸排骨+香片炒豆芽<br>胡瓜湯         | 酸菜肉絲麵    | √         | √     | √   | √   |
|     | 三  | 小籠包+牛奶  | 蔥燒豆腐+奶油白菜<br>蘿蔔湯 時令水果     | 雞茸玉米濃湯   | √         | √     | √   | √   |
|     | 四  | 蛋糕+麥茶   | 水餃+酸辣湯                    | 台南肉燥稀飯   | √         | √     | √   | √   |
|     | 五  | 番茄蔬菜麵   | 紅燒肉+高麗菜<br>味增豆腐湯、時令水果     | 芋頭西米露    | √         | √     | √   | √   |
| 第四週 | 一  | 營養麥片粥   | 油蔥雞+白菜滷<br>莧菜蛋花湯          | 鮪魚蔬菜湯麵   | √         | √     | √   | √   |
|     | 二  | 客家米苔目   | 薑汁燒肉+蒸蛋<br>黃瓜魚丸湯          | 小餐包+決明子茶 | √         | √     | √   | √   |
|     | 三  | 蘿蔔糕+豆漿  | 番茄肉醬義大利麵+冬瓜湯<br>時令水果      | 紅豆紫米粥    | √         | √     | √   | √   |
|     | 四  | 榨菜肉絲麵   | 馬鈴薯燉雞肉+青江菜<br>南瓜湯         | 客家蘿蔔稀飯   | √         | √     | √   | √   |
|     | 五  | 玉米濃湯    | 柳葉魚+白玉麵輪燒<br>青菜豆腐湯、時令水果   | 肉羹麵      | √         | √     | √   | √   |
| 第五週 | 一  | 玉米脆片+牛奶 | 照燒雞丁+翡翠娃娃菜<br>海帶芽湯        | 擔仔麵      | √         | √     | √   | √   |
|     | 二  | 南瓜瘦肉粥   | 鹽酥雞+高麗菜<br>冬瓜排骨湯          | 果汁+蘇打餅乾  | √         | √     | √   | √   |
|     | 三  | 麵包+麥茶   | 炸醬麵+蘿蔔貢丸湯<br>時令水果         | 玉米瘦肉粥    | √         | √     | √   | √   |
|     | 四  | 油豆腐細粉   | 洋蔥炒黑輪+椒鹽四季豆<br>番茄蛋花湯      | 雞蛋布丁     | √         | √     | √   | √   |
|     | 五  | 饅頭+豆漿   | 客家福菜蒸肉+蒜香油菜<br>白菜蛋花湯+時令水果 | 豆花       | √         | √     | √   | √   |

本園一律使用國產豬肉。

餐點內容會隨時令季節與課程活動機動調整，不便之處敬請見諒。