

新北市私立佳佳安長榮幼兒園 104 學年第一學期 十二月份營養餐點設計表 設計者：曾淑華 陳淑蕙

日期	星期	早 點	午 餐					午 點
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	
12月1日	二	素肉蔬菜粥	鮮肉蘑菇麵、火腿玉米濃湯				時令水果	關東煮
12月2日	三	芋香甜粥	地瓜飯半碗	雞絲洋蔥	蘿蔔炒干絲	時令青菜	海帶味增湯	紅燒麵
12月3日	四	蛋花豆腐羹	什錦肉羹燴麵				時令水果	蔥香雞肉粥
12月4日	五	玉米粥	白飯半碗	瓜子肉醬	洋蔥炒蛋	時令青菜	雞汁蘿蔔湯	綠豆熱湯圓
12月7日	一	蛋花麵線	白飯半碗	洋蔥茄汁魚	紅燒甜條	時令青菜	芹香魚丸湯	什錦粥
12月8日	二	什錦蔬食粥	綜合鍋物湯麵				時令水果	韭香米粉湯
12月9日	三	吻魚豆腐羹	白飯半碗	紅燒瓜子	洋蔥火腿	時令青菜	玉米濃湯	綠豆粉圓
12月10日	四	素香鹹粥	雞肉絲蛋炒飯 馬鈴薯濃湯				時令水果	烏龍麵
12月11日	五	雞汁麵	高鈣燕麥飯	豆香丸子	紅燒油豆腐	時令青菜	紫菜味噌湯	綠豆麥片
12月14日	一	韭香冬粉	白飯半碗	蔥燒肉	茄汁薯條	時令青菜	青菜蛋花湯	蘿蔔糕湯
12月15日	二	四色粥	義式肉醬炒麵 大滷湯				時令水果	肉羹麵
12月16日	三	芹香米苔目	地瓜飯半碗	紅燒肉羹	三色蛋	時令青菜	雞汁蘿蔔湯	芋圓綠豆湯
12月17日	四	香芋地瓜湯	馬鈴薯肉羹飯				時令水果	食蔬蛋花麵
12月18日	五	油豆腐細粉	白飯半碗	香菇素滷肉	芹香海帶絲	炒時令青菜	吻魚蛋花湯	甜八寶
12月21日	一	蘿蔔絲粥	白飯半碗	豆瓣肉醬	四色蛋	炒時令青菜	針菇雞汁湯	赤肉羹麵
12月22日	二	擔仔麵	新鮮雞肉羹麵				時令水果	什錦丸子粥
12月23日	三	綜合蔬菜羹	白飯半碗	紅燒吻魚羹	茄汁甜條	炒時令青菜	紫菜貢片湯	鮮肉麵
12月24日	四	椰奶麥片	什錦蔬菜蛋炒飯 魚羹豆腐湯				時令水果	香芹蘿蔔糕
12月25日	五	馬鈴薯濃湯	白飯半碗	紅燒肉丸	蛋酥白菜	炒時令青菜	魚丸蘿蔔絲湯	蔬菜麵
12月28日	一	吻魚豆腐羹	地瓜飯半碗	香蔥培根	珍菇丸片	炒時令青菜	蛋花味噌湯	蔬菜腐皮粥
12月29日	二	芹香菇菇粥	什錦四色炒飯、玉米蛋花湯				時令水果	芋香米粉湯
12月30日	三	椰奶紅豆燕麥	白飯半碗	紅燒雞丁	蘿蔔絲蛋	炒時令青菜	青菜貢片湯	香菇肉絲粥
12月31日	四	雞汁蔬菜粥	紅燒排骨蔬菜鮮菇湯麵				時令水果	蘿蔔 甜不辣

參考新北市幼兒教育資源網餐點設計

|
|
|