

臺中市立潭子幼兒園 餐點表 【104年12月】

週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	12/1-12/4	早點		關東煮	玉米濃湯	芋頭鹹粥	當歸麵線
		午餐		糙米飯 香酥鯖魚 花生麵筋 青菜 枸杞青木瓜排骨湯 水果	地瓜白飯 起司豬排 咖哩醬蘿蔔 雙色花椰 刺瓜丸子湯 水果	十穀飯 紅燒雞 照燒秋葵 青菜 冬瓜薏仁籤骨湯 水果	白米飯 筍干扣肉 蝦皮炒豆薯 青菜 味噌豆腐湯 水果
		午點		綠豆薏仁湯	慶生蛋糕+鮮奶	燒仙草	芋泥包+豆漿
第二週	12/7-12/11	早點	羅漢素粥	肉羹湯麵	韭香米苔目	油豆腐冬粉湯	餛飩湯
		午餐	十穀飯 紅燒肉 螞蟻上樹 青菜 狗尾雞湯 水果	芝麻飯 樹子蒸魚 西洋芹炒黑輪 青菜 玉米穗籤骨湯 水果	烏龍麵 什錦海鮮 娘惹山藥卷 水果	紫米飯 和風燒肉片 彩蔬烘蛋 青菜 金針排骨湯 水果	海苔飯 三杯雞 鹹蛋苦瓜 青菜 結頭菜籤骨湯 水果
		午點	黑糖饅頭+鮮奶	鍋貼+蛋花湯	大餅+米漿	八寶粥	葡萄土司+黑豆漿
第三週	12/14-12/18	早點	麵線糊	菠菜肉粥	家常湯麵	菇菇什錦羹	什錦麵疙瘩
		午餐	白米飯 瓜仔雞 甜椒玉筍 青菜 藥燉排骨湯 水果	糙米飯 蔥燒魚丁 黃瓜花枝 青菜 海芽蛋花湯 水果	地瓜飯 香滷雞腿 綜合滷味 青菜 牛蒡籤骨湯 水果	薏仁飯 雞肉親子燒 冬瓜鮮燴 青菜 蒜頭蜆湯 水果	小米飯 滑嫩豬柳 回鍋干片 青菜 苦瓜鳳梨雞湯 水果
		午點	小籠包+鮮奶	芋頭蓮子排骨湯	鬆餅+鮮奶	蔥花卷+豆漿	綜合水果
第四週	12/21-12/25	早點	蛋花雞絲麵	冬瓜糙米粥	擔仔麵	芹香福州丸	莧菜銀魚羹
		午餐	海苔飯 紅燒獅子頭 南瓜炒雞絲 青菜 榨菜肉絲湯 水果	地瓜飯 香酥花枝排 番茄炒蛋 青菜 菜圃雞湯 水果	小米飯 蒜炒三層肉 腐乳高麗菜 青菜 蘿蔔貢丸湯 水果	燕麥飯 唐揚炸雞 黃瓜鳩蛋 青菜 冬瓜蛤蠣湯 水果	白米飯 糖醋肉片 魚丁炒豆乾 青菜 四神排骨湯 水果
		午點	香蕉條+鮮奶	紫米露+湯圓	克林姆麵包+優酪乳	小地瓜+黑豆漿	茶葉蛋+麥茶
第五週	12/28-12/31	早點	薑爆麻香麵線	南瓜味增烏龍麵	健康花菜粥	豆腐鑲肉湯	
		午餐	芋頭飯 梅乾燒肉 鹹蛋杏鮑菇 青菜 青菜蛋花湯 水果	糙米飯 糖醋魚 豆皮白菜 青菜 元氣雞湯 水果	地瓜飯 白切隔間肉 日式蒸蛋 青菜 山藥排骨湯 水果	紫米飯 宮保雞丁 豆鼓青椒 青菜 火鍋湯 水果	
		午點	蘿蔔糕+海芽蛋花湯	綠豆地瓜湯	奶黃包+鮮奶	檸檬蛋糕+豆漿	