

臺南市私立法王子托嬰中心 108 學年度第一學期 12 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	五穀根莖類	魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2	一	吐 司	蔬菜炒飯 南瓜馬鈴薯濃湯 當季水果	羅宋麵包+ 菊花茶	米飯、麵包、 南瓜、馬鈴薯	肉絲	高麗菜、洋蔥、 金針菇	蘋果
3	二		雞肉鮮蔬拉麵 當季水果	關東煮	甜不辣、 關東煮	雞肉	高麗菜、香菇、 金針菇、洋蔥	木瓜
4	三		醬燒車輪滷肉飯 金針菇味增湯 當季水果 有機時蔬	麥片優格	米飯	雞蛋、車輪 絞肉	海帶、金針菇、 香菇、紅蘿蔔 、蔬菜	柑橘
5	四		養生菇粥 當季水果	葡萄乾饅頭+ 麥茶	米、麥、 葡萄乾饅頭	雞蛋、肉絲	綜合時菇、 高麗菜	香蕉、葡萄乾
6	五		麻油香菇飯 玉米雞丁湯 當季水果	蕃茄雞蛋麵線	米飯、玉米	雞蛋、肉絲、 雞丁	香菇、蔬菜 蕃茄、冬瓜	鳳梨、紅棗
9	一	吐 司	香菇玉米蛋炒飯 蕃茄蔬菜湯 當季水果	奶酥麵包+ 冬瓜茶	米飯、玉米、 奶酥麵包	雞蛋	香菇、冬瓜 蕃茄、蔬菜	木瓜
10	二		番茄海鮮滑蛋麵 當季水果	綠豆湯	麵條、玉米	蝦仁、雞蛋 豬肉、綠豆	紅蘿蔔、蔬菜、 洋蔥	芭樂
11	三		馬鈴薯燉肉 南瓜排骨湯 當季水果 有機時蔬	雞蛋糕+ 牛奶	米飯、南瓜、 馬鈴薯	肉燥、排骨 牛奶、雞蛋糕	蔬菜、紅蘿蔔、 白蘿蔔	葡萄
12	四		清粥小菜 紅蘿蔔炒蛋 當季水果	有機饅頭+ 菊花茶	米、饅頭	肉絲、雞蛋	高麗菜、香菇、 紅蘿蔔、蕃茄	香蕉
13	五		香菇豬肉繪飯 當季水果	紅棗銀耳湯	米飯	肉絲	香菇、時蔬、 黑白木耳	蘋果、紅棗

16	一	吐 司	什錦蔬菜炒飯 海帶芽湯 當季水果	堅果麵包+ 牛奶	米飯、玉米、 堅果麵包	牛奶、雞蛋	蕃茄、蔬菜 海帶芽、洋蔥	柑橘
17	二		養生豬肉湯麵 當季水果	水煮蛋+ 決明子	麵條、決明子	豬肉、雞蛋	蔬菜、洋蔥、 紅蘿蔔	香蕉
18	三		麻婆豆腐飯 鳳梨苦瓜雞湯 當季水果 季節時蔬	旗魚黑輪	米飯	豆腐、豬絞肉 雞肉、旗魚黑 輪、雞肉	苦瓜、洋蔥	芭樂、鳳梨
19	四		玉米雞肉粥 當季水果	有機饅頭+ 冬瓜茶	米、有機饅頭 玉米	雞肉	蔬菜、洋蔥、紅 蘿蔔、冬瓜、 玉米	小蕃茄
20	五		肉羹麵 當季水果	紫米紅豆湯	紫米紅豆、麵 條	豬肉、雞蛋、 肉羹	香菇、筍絲、 紅蘿蔔、高麗菜	蘋果
23	一	吐 司	養生蔬果炒飯 蕃茄蔬菜湯 當季水果	蜂蜜蛋糕+ 冬瓜茶	米飯、 蜂蜜蛋糕	雞蛋	高麗菜、冬瓜、 金針菇、香菇、 洋蔥	木瓜
24	二		海鮮拉麵 當季水果	水煎包+ 洛神花茶	麵條、水煎包	蝦仁、瘦肉、 起司、高湯	豆芽菜蔥、洋 蔥、紅蘿蔔	小蕃茄、 洛神花
25	三		瓜仔肉燥飯 蕃茄蛋花湯 當季水果 有機時蔬	仙草蜜	米飯、仙草蜜	絞肉、雞蛋	脆瓜、蕃茄、 高麗菜、金針菇	芭樂
26	四		洋菇蔬菜雞肉粥 當季水果	紅豆饅頭+ 麥茶	米、紅豆饅頭 麥	雞肉	洋菇、高麗菜 豌豆	小蕃茄
27	五		什錦炸醬麵 菇菇四神湯 當季水果	關東煮	麵條	豬肉	紅蘿蔔、香菇 高麗菜、珍菇	香蕉
30	一	吐 司	蔬菜炒飯 紫菜蛋花湯 當季水果	羅宋麵包+ 菊花茶	米飯、麵包	肉絲、雞蛋	高麗菜、洋蔥、 金針菇	蘋果
31	二		擔仔麵 當季水果	果醬吐司+ 豆漿	麵條	瘦肉、豆漿	韭菜、豆芽菜 油蔥、洋蔥	小蕃茄

以上菜單會因應季節而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》