基隆市立安心幼兒園 114 年 12 月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀雜糧	豆魚肉蛋	蔬菜	水果
1	一	雙色饅頭/香醇牛奶	奶香白醬蕈菇麵			季節鮮蔬	南瓜濃湯	時令水果	紫菜湯餃	◆	◆	◆	◆
2	二	菠菜瘦肉粥	芝麻飯	香菇肉燥	黑木耳炒豆薯	季節鮮蔬	番茄蛋花湯	時令水果	蒸蘿蔔糕	◆	◆	◆	◆
3	三	炒冬粉	燕麥飯	蔥燒雞片	醬燒香菇豆皮	季節鮮蔬	玉米排骨湯	時令水果	地瓜湯	◆	◆	◆	◆
4	四	南瓜麵包	蕎麥飯	日式壽喜燒	三色炒蛋	季節鮮蔬	海帶芽鮮菇湯	時令水果	關東煮	◆	◆	◆	◆
5	五	麻油蛋麵線	薏仁飯	豆腐乳魚丁	彩椒甜不辣	季節鮮蔬	金針雞湯	時令水果	小兔包	◆	◆	◆	◆
8	一	期末學習區闖關活動補假											
9	二	芹香肉末粥	白米飯	鷹嘴豆肉柳	炒大頭菜	季節鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令水果	蒸馬鈴薯	◆	◆	◆	◆
10	三	炒粄條	糙米飯	海結燒雞	迷迭香烤麩	季節鮮蔬	肉骨茶湯	時令水果	紅豆湯	◆	◆	◆	◆
11	四	慶生蛋糕/枸杞茶	五穀飯	蒜泥白肉	芙蓉蒸蛋	季節鮮蔬	蓮子薏仁湯	時令水果	滷味	◆	◆	◆	◆
12	五	肉羹湯麵	紫米飯	樹子魚丁	雲耳絲瓜	季節鮮蔬	香菇雞湯	時令水果	銀絲卷	◆	◆	◆	◆
15	一	蔓越莓饅頭/香醇牛奶	金瓜炒米粉			季節鮮蔬	味噌豆腐湯	時令水果	素餛飩湯	◆	◆	◆	◆
16	二	雞茸玉米粥	紅藜飯	紅燒獅子頭	炒馬鈴薯	季節鮮蔬	蟹肉蛋花湯	時令水果	香Q玉米	◆	◆	◆	◆
17	三	大麵炒	小米飯	咖哩雞肉	醬燒豆腸	季節鮮蔬	山藥排骨湯	時令水果	燒仙草	◆	◆	◆	◆
18	四	紅豆麵包	芝麻飯	薑汁燒肉	九層塔煎蛋	季節鮮蔬	什錦鮮菇湯	時令水果	燒賣	◆	◆	◆	◆
19	五	豚骨拉湯	燕麥飯	茄汁鯛魚	蝦皮炒黃瓜	季節鮮蔬	蒜香雞湯	時令水果	小籠包	◆	◆	◆	◆
22	一	五穀饅頭/香醇牛奶	鮮筍燴飯			季節鮮蔬	酸辣湯	時令水果	雞絲麵	◆	◆	◆	◆
23	二	芋頭鹹粥	蕎麥飯	洋蔥豬柳	台式滷菜頭	季節鮮蔬	青菜蛋花湯	時令水果	蒸番薯	◆	◆	◆	◆
24	三	蔥油乾麵	薏仁飯	蠔油雞片	豆瓣豆腐	季節鮮蔬	牛蒡排骨湯	時令水果	黑糖豆花	◆	◆	◆	◆
25	四	行憲紀念日											
26	五	米苔目湯	糙米飯	豆酥魚片	絲瓜燴鴻喜菇	季節鮮蔬	紅棗雞湯	時令水果	花捲饅頭	◆	◆	◆	◆
29	一	花捲包/香醇牛奶	日式味噌炒烏龍			季節鮮蔬	五目蔬菜湯	時令水果	油豆腐細粉	◆	◆	◆	◆
30	二	魚片粥	五穀飯	泰式打拋豬	洋蔥蘑菇	季節鮮蔬	莧菜蛋花湯	時令水果	蒸芋頭糕	◆	◆	◆	◆
31	三	炒米粉	紫米飯	滷雞腿	蟹黃豆腐煲	季節鮮蔬	竹筍排骨湯	時令水果	綠豆薏仁湯	◆	◆	◆	◆

※配合健康飲食概念，本園提供少油炸、少鹽、少糖等事宜口味。

※餐點以時令季節盛產食材為主，固本園依當日狀況進行調整菜單，若有異動請多包涵。

※配合世界環境日愛護地球，每周一為環保日(蔬食日)。

※本園使用國產豬肉食材。