

日期	星期	早點	午 餐						下午點心		餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果			1 全穀 根莖類	2 豆蛋 肉奶類	3 蔬菜類	4 水果類
1/1	四		元旦放假一天											
1/2	五	廣東粥1.2.3	糙米飯1	桂竹筍肉絲2.3	紅燒豆腐2.3	時令蔬菜3	瓠瓜湯1.3	時令水果4	麵包1	菊花茶1	✓	✓	✓	✓
1/3	六	週休												
1/4	日	週休												
1/5	一	芙蓉冬粉1.2.3	白米飯1	海帶結滷肉2.3	三色玉米2.3	時令蔬菜3	海帶芽蛋花湯2.3	時令水果4	肉燥湯麵1.2.3	肉燥湯麵1.2.3	✓	✓	✓	✓
1/6	二	蘿蔔鹹粥1.2.3	高麗菜肉臊炒飯1.2.3			時令蔬菜3	虱目魚丸湯2.3	時令水果4	銀絲捲1	枸杞茶1	✓	✓	✓	✓
1/7	三	奶酥吐司2 牛奶2	紫米飯1	滷雞腿2.3	涼拌豆皮2.3	時令蔬菜3	玉米排骨湯2.3	時令水果4	魚丸米粉湯2.3	魚丸米粉湯2.3	✓	✓	✓	✓
1/8	四	南瓜麵線1.2.3	洋芋豬肉燴飯1.2.3			時令蔬菜3	時令水果4		紅豆QQ1	紅豆QQ1	✓	✓	✓	✓
1/9	五	蔬菜粥1.2.3	糙米飯1	蘿蔔燉肉2.3	洋蔥炒蛋2.3	時令蔬菜3	蔬菜湯3	時令水果4	麵包1	決明子茶1	✓	✓	✓	✓
1/10	六	週休												
1/11	日	週休												
1/12	一	蔥油麵線1.2.3	白米飯1	糖醋豬柳2.3	蔥爆干絲2.3	時令蔬菜3	蘿蔔排骨湯2.3	時令水果4	玉米濃湯1.2	玉米濃湯1.2	✓	✓	✓	✓
1/13	二	香菇瘦肉粥1.2.3	咖哩燴飯1.2.3			時令蔬菜3	時令水果4		黑糖饅頭1	洛神茶1	✓	✓	✓	✓
1/14	三	火腿吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	豆干丁燒肉2.3	茄汁甜不辣2.3	時令蔬菜3	木耳肉絲湯2.3	時令水果4	米粉羹2.3	米粉羹2.3	✓	✓	✓	✓
1/15	四	莧菜冬粉1.2.3	古早味乾麵1.2			時令蔬菜3	酸辣湯2.3	時令水果4	黑糖粉圓1	黑糖粉圓1	✓	✓	✓	✓
1/16	五	鮪魚粥1.2.3	糙米飯1	毛豆雞丁2.3	醬燒海帶絲3	時令蔬菜3	蕃茄蛋花湯2.3	時令水果4	麵包1	紅棗茶1	✓	✓	✓	✓
1/17	六	週休												
1/18	日	週休												
1/19	一	雞蓉麵線1.2.3	白米飯1	百頁炒肉絲2.3	香菇炒蛋2.3	時令蔬菜3	味噌豆腐湯1.2	時令水果4	蔬菜米粉湯1.2.3	蔬菜米粉湯1.2.3	✓	✓	✓	✓
1/20	二	玉米滑蛋粥1.2.3	什錦炒麵1.2.3			時令蔬菜3	當歸菇菇肉絲湯1.2	時令水果4	小肉包1.2	麥茶1	✓	✓	✓	✓
1/21	三	雞蛋吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	青椒雞丁2.3	玉米Q腸2.3	時令蔬菜3	珍菇白菜湯2.3	時令水果4	油豆腐貢丸米粉湯1.2	油豆腐貢丸米粉湯1.2	✓	✓	✓	✓
1/22	四	銀芽冬粉湯1.2.3	香菇肉羹飯1.2.3			時令蔬菜3	時令水果4		芋圓地瓜湯1	芋圓地瓜湯1	✓	✓	✓	✓
1/23	五	翡翠銀魚粥1.2.3	糙米飯1	打拋豬2.3	滷油豆腐2.3	時令蔬菜3	瓜仔雞湯2.3	時令水果4	麵包1	冬瓜茶1	✓	✓	✓	✓
1/24	六	週休												
1/25	日	週休												
1/26	一	絲瓜麵線1.2.3	白米飯1	香菇炒雞丁2.3	茄汁豆包2.3	時令蔬菜3	豬血湯2.3	時令水果4	鮮蔬麵疙瘩1.2.3	鮮蔬麵疙瘩1.2.3	✓	✓	✓	✓
1/27	二	蔬菜豬肉粥1.2.3	蕃茄肉醬義大利麵1.2.3			時令蔬菜3	南瓜湯1.2.3	時令水果4	鮮奶奶心捲	枸杞茶1	✓	✓	✓	✓
1/28	三	葡萄乾吐司1 牛奶2	紫米飯1	京醬肉絲2.3	炒三色2.3	時令蔬菜3	香菇貢丸湯2.3	時令水果4	什錦湯麵1.2.3	什錦湯麵1.2.3	✓	✓	✓	✓
1/29	四	菠菜肉燥冬粉1.2.3	西魯肉燴飯1.2.3			時令蔬菜3	時令水果4		綠豆QQ 1	綠豆QQ 1	✓	✓	✓	✓
1/30	五	皮蛋瘦肉粥1.2	糙米飯1	瓜仔肉燥2.3	紅蘿蔔炒蛋1.3	時令蔬菜3	菜脯雞湯1.2	時令水果4	麵包1	桂圓茶1	✓	✓	✓	✓
1/31	六	週休												

※本園食材來源一律使用國產豬肉。※以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而做微調。

※依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過

敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏，以利個別調整餐點。