

## 東光國小附設幼兒園 12 月份點心

日期	星期	上午點心	下午點心	水果
12/2	一	黑糖饅頭夾蛋+豆漿	蔬菜豆腐湯+堅果	綠葡萄
12/3	二	米苔目湯(米苔目, 小白菜, 韭菜, 豬肉)	壽司+堅果	綠葡萄
12/4	三	滑蛋瘦肉粥(高麗菜, 雞蛋, 豬肉, 白米)	核桃葡萄麵包+優酪乳	柳丁
12/5	四	炒冬粉(冬粉, 豬肉, 高麗菜, 紅蘿蔔, 木耳)	地瓜紅豆湯+堅果	蓮霧
12/6	五	蘿蔔糕+蛋花湯	滷蛋+濃芋鮮乳	香蕉
12/7	六	蜂蜜蛋糕+保久乳	麵包	橘子
12/10	二	鮮菇米粉湯 (豆芽菜, 小白菜, 韭菜, 香菇, 肉絲, 米粉)	珍珠丸子+芝麻牛奶+堅果	橘子
12/11	三	鮭魚飯糰	鮮奶吐司+玉米奶酪	火龍果
12/12	四	香菇肉羹(香菇, 筍絲, 高麗菜, 雞蛋, 豬肉)	什錦愛玉+堅果	西瓜
12/13	五	香椿抓餅+海帶芽湯	堅果穀脆+優酪乳	甜柿
12/16	一	小肉包+豆漿	紅豆牛奶湯+堅果	水果
12/17	二	豆菜麵(豆芽菜, 肉燥, 麵條)	燒仙草+堅果	水果
12/18	三	瓜蔬菜粥(南瓜, 白米, 高麗菜, 絞肉)	羅宋麵包+黑豆奶	蓮霧
12/19	四	肉絲蛋麵線(肉絲, 雞蛋, 紅麵線, 高麗菜)	鮮菇冬粉湯(高麗菜, 金針菇, 秀珍菇, 香菇, 肉絲, 冬粉)+堅果	柳丁
12/20	五	水餃(高麗菜, 絞肉, 蔥, 麵粉)	葡萄餐包+鮮奶	水果
12/23	一	菜包+豆奶	鹽可頌+枸杞紅棗茶	水果
12/24	二	肉燥陽春麵(麵條, 韭菜, 白菜, 肉燥)	鬆餅+薏仁豆奶堅果	水果
12/25	三	雞蓉玉米粥(雞肉, 高麗菜, 玉米, 白米)	水煮玉米+優酪乳	橘子
12/26	四	魚皮魚丸冬粉(魚皮, 魚丸, 芹菜)	關東煮 (黑輪, 魚丸, 豆腐, 海帶, 白蘿蔔)+堅果	西瓜
12/27	五	水煎包+紫菜湯	烤地瓜+鮮奶+堅果	水果
12/30	一	芝麻包+豆漿	水果總匯沙拉+優酪乳	水果
12/31	二	麵疙瘩湯(麵疙瘩, 韭菜, 白菜, 肉燥)	巧達濃湯 (紅蘿蔔, 雞蛋, 杏鮑菇, 玉米)+堅果	水果

備註：

- 點心遇特殊狀況(如：颱風、退貨、物價上揚…等)將彈性調整。
- 時令水果每日供應，但因配合國小營養午餐招標周期(3週一次)進行採購，故月中將再次公告水果招標後的品項。
- 藍底字為國小營養午餐提供之乳品與水果。
- 每周提供3天的乳製品補充幼兒鈣質；3次堅果均衡幼兒營養。含糖飲品每周不超過3次。
- 本園餐點食材均採用國產豬、牛肉。
- 本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麥麩穀物、大豆、魚類等其製品。

承辦人：吳心怡

營養師：黃硯廷

校長：歐陽兩坤

