

臺北市大安區龍安國小附設幼兒園112學年度12月餐點表

日期	星期	早點		午					餐		午點		已符合四大類食物
				主食			副菜	湯品					
12月1日	五	糙米瘦肉粥		鮮蔬炒麵			青江菜	海帶芽冬瓜湯	水果	玉米麥片奶酪		✓	
12月4日	一	生日蛋糕	鮮奶	胚芽飯	鹹蛋蒸肉	大黃瓜炒木耳	油菜	番茄豆腐蛋花湯	水果	高麗菜鹹粥		✓	
12月5日	二	蘿蔔糕湯		五穀飯	三杯雞	洋蔥炒蛋	高麗菜	冬瓜排骨湯	水果	豆沙包	麥茶	✓	
12月6日	三	番茄蛋湯麵		紫米飯	焗烤鮭魚	四季豆炒肉末	有機蔬菜	味噌豆腐湯	水果	玉米麵包	豆漿	✓	
12月7日	四	雜糧饅頭	鮮奶	胚芽飯	紅燒肉	金針菇爬豆皮	大陸妹	酸辣湯	水果	蓮藕排骨湯		✓	
12月8日	五	味噌魚片粥		肉絲蛋炒飯			空心菜	紫菜蛋花湯	水果	優格		✓	
12月11日	一	什錦果麥	鮮奶	胚芽飯	瓜仔蒸肉	白菜滷豆皮	龍鬚菜	莧菜小魚湯	水果	山藥排骨湯		✓	
12月12日	二	紫菜蛋花湯餃		五穀飯	滷翅腿	蘿蔔炒蛋	A菜	羅宋湯	水果	水煮玉米		✓	
12月13日	三	蛋花雞絲麵		紫米飯	魚香肉絲	紅燒豆腐	有機蔬菜	黃豆芽排骨湯	水果	芋泥包	黑豆漿	✓	
12月14日	四	蛋餅	鮮奶	胚芽飯	清蒸鱈魚	豆乾炒肉末	鵝白菜	蘿蔔貢丸湯	水果	紫米紅豆湯		✓	
12月15日	五	香菇瘦肉粥		滷肉飯			A菜	紫菜吻仔魚湯	水果	果醬吐司	糙米漿	✓	
12月18日	一	水果麥片	鮮奶	胚芽飯	京醬肉絲	毛豆玉米粒	地瓜葉	三絲湯	水果	白菜什錦湯		✓	
12月19日	二	肉燥麵		五穀飯	蔥油雞	香菇蒸蛋	青江菜	牛蒡排骨湯	水果	三色小饅頭	優酪乳	✓	
12月20日	三	麻油蛋麵線		紫米飯	馬鈴薯燉肉	香芹豆皮	有機蔬菜	海帶芽豆腐湯	水果	水煮蛋	冬瓜茶	✓	
12月21日	四	蔥油餅	鮮奶	胚芽飯	紅燒魚片	燴南瓜	空心菜	冬瓜蛤蠣湯	水果	烤地瓜		✓	
12月22日	五	雞茸南瓜粥		客家板條			鵝白菜	大黃瓜湯	水果	紅豆麵包	燕麥豆奶	✓	
12月25日	一	營養麥片	鮮奶	胚芽飯	蒲燒鯛魚	芙蓉蒸蛋	高麗菜	香菇雞湯	水果	元氣蔬菜湯		✓	
12月26日	二	青菜餛飩湯		五穀飯	腰果雞丁	玉米炒馬鈴薯	鵝白菜	雙色蘿蔔湯	水果	乳酪麵包	米漿	✓	
12月27日	三	油豆腐細粉		紫米飯	涮肉片	味噌烤豆腐	有機蔬菜	什錦菇湯	水果	芝麻包	柚子茶	✓	
12月28日	四	蘿蔔糕	鮮奶	胚芽飯	滷排骨	彩繪三蔬	A菜	白菜凍豆腐湯	水果	紅豆薏仁湯		✓	
12月29日	五	清粥小菜		椰香咖哩雞肉燴飯			地瓜葉	海帶結排骨湯	水果	布丁		✓	

*備註：1. 每個月的第一個星期五為蔬食日 2. 每週三提供有機蔬菜 3. 本園一律採用國內在地豬、牛、雞肉

4. 注意易引起過敏之食物(如：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)

餐點組：蔡馨慧 園主任：

事務組：

總務主任：

會計主任：

校長：

教師兼
幼兒園主任 陳詩宜

事務組
組長 王彩修

教師兼
總務主任 張芳旗

會計室
主任 管紹博

臺北市大安區
龍安國小附設
幼兒園 鄭福來