

宜蘭縣冬山鄉廣興國民小學附設幼兒園113年12月餐點表

113.11.29

日期	星期	上午點心		午餐				下午點心		餐點類別檢核			
		1 全穀 雜糧類	2 豆魚 蛋肉類	3 蔬 菜類	4 水 果類	1 全穀 雜糧類	2 豆魚 蛋肉類	3 蔬 菜類	4 水 果類	1 全穀 雜糧類	2 豆魚 蛋肉類	3 蔬 菜類	4 水 果類
2	一	肉包、豆漿	白米飯	紅燒腔肉	銀芽干絲	青菜	味噌菇湯	水果	✓	✓	✓	✓	
3	二	翡翠雲吞湯	白米飯	蠔油嫩雞	三絲丸子	青菜	玉米蛋花湯	水果	✓	✓	✓	✓	
4	三	吻仔魚粥	特餐	炸醬麵	日式南瓜燒雞	青菜	肉骨茶湯	水果	✓	✓	✓	✓	
5	四	蔥花卷、豆漿	白米飯	香酥魚排	西滷肉	青菜	海帶排骨湯	水果	✓	✓	✓	✓	
6	五	麵包、鮮奶	環保餐	糖醋油豆腐	紅蘿蔔炒蛋	百匯鮮蔬	綜合甜湯	水果	✓	✓	✓	✓	
9	一	芝麻包、豆漿	白米飯	梅汁弄雞	金珠翠玉	青菜	冬瓜排骨湯	水果	✓	✓	✓	✓	
10	二	西式濃湯	白米飯	醬燒豬排	花椰干片	青菜	紫菜蛋花湯	水果	✓	✓	✓	✓	
11	三	日式烏龍麵	特餐	肉粿飯	關東煮	青菜	茶葉蛋	水果	✓	✓	✓	✓	
12	四	珍珠丸子、米漿	白米飯	宮保雞丁	哨子豆腐	青菜	金草三絲湯	水果	✓	✓	✓	✓	
13	五	麵包、鮮奶	白米飯	黃金海鮮排	鮮菇蒸蛋	青菜	綠豆甜湯	水果	✓	✓	✓	✓	
16	一	菜包、豆漿	白米飯	泰式打拋豬	金菇如意	青菜	黃瓜大骨湯	水果	✓	✓	✓	✓	
17	二	蔬菜雞肉粥	白米飯	香酥雞翅	肉醬馬鈴薯	青菜	鮮蔬蛋花湯	水果	✓	✓	✓	✓	
18	三	醬油拉麵	特餐	香菇油飯	蒲燒鯛魚片	青菜	虱目魚丸湯	水果	✓	✓	✓	✓	
19	四	銀絲卷、米漿	白米飯	壽喜燒肉片	培根蛋酥高麗菜	青菜	蘿蔔雞湯	水果	✓	✓	✓	✓	
20	五	麵包、鮮奶	白米飯	薑母燒雞	毛豆雲耳炒蛋	青菜	紅豆湯圓	水果	✓	✓	✓	✓	

23	鮮奶饅頭、豆漿	白米飯	菠蘿雞柳	芝麻玉米干丁	青菜	針菇海芽湯	水果	✓	✓	✓	✓
24	湯餃	白米飯	酸菜魚粉絲煲	洋蔥甜不辣	青菜	味噌湯	水果	✓	✓	✓	✓
25	蘿蔔肉絲粥	聖誕晚餐	濃湯通心粉	雞肉堡	青菜	漢堡麵包	水果	✓	✓	✓	✓
26	湯包、米漿	白米飯	蒜泥肉片	絲瓜蛋麵線	青菜	鮮菇荀片湯	水果	✓	✓	✓	✓
27	麵包、鮮奶	白米飯	花瓜肉燥	醬油蒸蛋	青菜	焙香大麥珍珠奶	水果	✓	✓	✓	✓
30	豆沙包、豆漿	白米飯	魚香肉絲	黃瓜彩燴	青菜	金針排骨湯	水果	✓	✓	✓	✓
31	南瓜粥	白米飯	紅糟魚酥	冬瓜肉末	青菜	玉米濃湯	水果	✓	✓	✓	✓

備註:

1. 餐點表內每日餐點均含有全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。
2. 食材來源一律使用國產豬肉。

檢核人:

教保員江晏蓉

園主任:

教師兼
幼兒園主任
黃淑禎

校長:

校長何昶毅