

臺北市大安區龍安國小附設幼兒園113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	水果				
12月2日	一	生日蛋糕		胚芽飯	鹹蛋蒸肉	杏鮑菇炒木耳	油菜	番茄豆腐蛋花湯	水果	蘿蔔糕湯		✓
12月3日	二	豆沙包	鮮奶	五穀飯	三杯雞	洋蔥炒蛋	高麗菜	冬瓜排骨湯	水果	紅豆西米露		✓
12月4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5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	優格		✓
12月6日	五	體表會補假一天										
12月9日	一	高麗菜鹹粥		胚芽飯	瓜仔蒸肉	白菜滷豆皮	龍鬚菜	莧菜小魚湯	水果	水煮玉米		✓
12月10日	二	奶皇包	鮮奶	五穀飯	滷翅腿	小魚蒸蛋	A菜	羅宋湯	水果	烤地瓜	冬瓜茶	✓
12月11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	三色小饅頭	黑豆漿	✓
12月12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13日	五	味噌魚片粥		滷肉飯			空心菜	紫菜吻仔魚湯	水果	紅豆麵包	果汁	✓
12月16日	一	香菇瘦肉粥		胚芽飯	京醬肉絲	螞蟻上樹	地瓜葉	三絲湯	水果	肉包	優酪乳	✓
12月17日	二	果醬吐司	鮮奶	五穀飯	馬鈴薯燉肉	香菇蒸蛋	青江菜	牛蒡排骨湯	水果	紅豆薏仁湯		✓
12月18日	三	麻油蛋麵線		紫米飯	蔥油雞	番茄炒豆皮	有機蔬菜	海帶芽豆腐湯	水果	水煮蛋	麥茶	✓
12月19日	四	起司吐司	鮮奶	胚芽飯	紅燒魚片	玉米筍炒綠花椰	大陸妹	冬瓜蛤蜊湯	水果	蓮藕排骨湯		✓
12月20日	五	雞茸南瓜粥		肉絲蛋炒飯			高麗菜	大黃瓜湯	水果	玉米麥片奶酪		✓
12月23日	一	紫菜蛋花湯餃		胚芽飯	蒲燒鯛魚	小黃瓜炒肉絲	高麗菜	香菇雞湯	水果	乳酪麵包	米漿	✓
12月24日	二	銀絲卷	鮮奶	五穀飯	腰果雞丁	玉米炒馬鈴薯	鵝白菜	雙色蘿蔔湯	水果	山藥排骨湯		✓
12月25日	三	油豆腐細粉		紫米飯	涮肉片	芙蓉蒸蛋	有機蔬菜	什錦菇湯	水果	芝麻包	柚子茶	✓
12月26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	八寶粥		✓
12月27日	五	清粥小菜		什錦炒麵			地瓜葉	海帶結排骨湯	水果	布丁		✓
12月30日	一	肉燥麵		胚芽飯	梨汁烤肉	玉米蒸蛋	高麗菜	海帶芽冬瓜湯	水果	起酥蛋糕	冬瓜茶	✓
12月31日	二	黑糖饅頭	鮮奶	五穀飯	黃瓜炒雞丁	味噌烤豆腐	菠菜	玉米濃湯	水果	綠豆西米露		✓

*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

5. 每週一、五早上8:00與國小同步飲用鮮奶，8:45準時回收；如遇國小因行事曆更動飲用日期，亦同步配合調整。

餐點組：侯人瑋 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

事務工
務組 王玲

教師兼
總務主任 張芳旗

會計室
主任 管紹博

臺北市大安區
龍安國民小學
校長 鄭福來