



# 臺南市私立卡羅幼兒園113學年度第一學期12月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
12/2	一	絲瓜鹹粥	香菇肉燥湯麵+滷小雞腿 (關廟麵、香菇、高麗菜、肉燥、洋蔥、小雞腿)	蘋果	玉米蛋餅+ 桂圓紅棗茶	V	V	V	V
12/3	二	芝麻饅頭+ 杏仁茶	培根蛋炒飯+炒高麗菜+綜合香菇湯 (白飯、洋蔥、玉米、培根、雞蛋、高麗菜、綜合菇)	香蕉	時蔬湯麵	V	V	V	V
12/4	三	肉羹麵線	香鬆飯+滷控肉筍干+韭菜炒豆芽菜+菱角排骨湯 (白飯、香鬆、控肉、筍干、韭菜、豆芽菜、菱角、排骨)	葡萄	醬燒小肉包+ 黑豆茶	V	V	V	V
12/5	四	蘿蔔糕蔬菜湯	日式烏龍炒麵+味噌豆腐湯 (烏龍麵、洋蔥、肉絲、香菇、蔥、蘿蔔絲、豆腐)	木瓜	招牌三明治+ 低糖豆漿	V	V	V	V
12/6	五	奶皇包+牛奶	青醬雞肉蝴蝶麵+薯泥沙拉+紫菜蛋花湯 (三色蝴蝶麵、雞肉、洋蔥、三色豆、馬鈴薯、紫菜、雞蛋)	芭樂	冬瓜檸檬愛玉	V	V	V	V
12/9	一	叻仔魚粥	鍋燒雞絲麵+鮮肉燒賣 (雞絲麵、洋蔥、高麗菜、肉絲、鮮肉燒賣)	蘋果	原味蛋餅+ 洛神花茶	V	V	V	V
12/10	二	紅豆包+豆漿	地瓜飯+三杯雞丁+紅蘿蔔炒蛋+皇帝豆大骨湯 (白飯、地瓜、雞丁、九層塔、紅蘿蔔、雞蛋、皇帝豆、大骨)	葡萄	薏仁豆花	V	V	V	V
12/11	三	絲瓜麵線	麥香雞堡+蛋沙拉+玉米濃湯 (漢堡、麥香雞、玉米、雞蛋、三色豆)	奇異果	玉米布丁酥+ 麥茶	V	V	V	V
12/12	四	白菜豆腐貢丸湯	味噌豬肉玉米拉麵+蔥爆甜不辣 (拉麵、洋蔥、筍乾、豬肉片、玉米、甜不辣)	木瓜	饅頭夾蛋+ 枸杞菊花茶	V	V	V	V
12/13	五	雞蛋饅頭+ 芝麻糊	雞肉玉米蛋花粥+客家小炒 (白飯、雞肉、玉米、雞蛋、肉絲、豆干、芹菜)	芭樂	古早味蛋糕+ 水果茶	V	V	V	V
12/16	一	鮪魚蛋花粥	高麗菜水餃+酸辣湯 (高麗菜水餃、豆腐、筍絲、榨菜、雞蛋、木耳)	蘋果	紅豆薏仁甜湯	V	V	V	V



# 臺南市私立卡羅幼兒園113學年度第一學期12月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
12/17	二	黑糖饅頭+ 杏仁茶	肉絲蛋炒飯+黑輪炒大黃瓜+排骨蓮子湯 (白飯、洋蔥、肉絲、雞蛋、大黃瓜、黑輪、排骨、蓮子)	香蕉	古早味米粉湯	√	√	√	√
12/18	三	什錦湯麵	糙米飯+番茄炒蛋+炒菠菜+蒜頭雞湯 (白米、糙米、番茄、雞蛋、菠菜、蒜頭、雞肉)	木瓜	熱狗捲吐司+ 百香果茶	√	√	√	√
12/19	四	地瓜粥+肉鬆	日式炸豬排丼飯+關東煮 (白飯、杏鮑菇、洋蔥、豬排、菜頭、關東煮)	芭樂	蘿蔔糕+ 冬瓜檸檬	√	√	√	√
12/20	五	馬拉糕+ 芝麻鮮豆漿	紅燒軟骨拉麵+滷豆干 (拉麵、軟骨、洋蔥、豆干)	柳丁	綜合湯圓甜湯	√	√	√	√
12/23	一	菠菜玉米雞肉粥	台式肉燥米粉+豆芽菜+滷蛋+芹菜貢丸湯 (米粉、肉燥、豆芽菜、滷蛋、貢丸、芹菜)	蘋果	酸辣湯餃	√	√	√	√
12/24	二	草莓脆片+牛奶	蘑菇豬肉鐵板麵+煎蛋+牛蒡湯 (鐵板麵、豬肉片、洋蔥、雞蛋、牛蒡)	香蕉	鮮肉包+菊花茶	√	√	√	√
12/25	三	麵疙瘩	聖誕大餐	葡萄	草莓吐司+ 低糖豆漿	√	√	√	√
12/26	四	白菜餛飩湯	白飯+馬鈴薯燉雞肉+香菇炒花椰菜+大黃瓜大骨湯 (白飯、馬鈴薯、雞肉、香菇、花椰菜、大黃瓜)	木瓜	水煮蛋+ 決明子茶	√	√	√	√
12/27	五	黑糖銀絲卷+ 薏仁漿	香菇肉羹麵+彩椒炒肉絲 (油麵、香菇、肉羹、筍絲、白菜、紅蘿蔔、彩椒、肉絲)	芭樂	綠豆珍珠甜湯	√	√	√	√
12/30	一	麻油雞肉麵線	小米米糕+滷油豆腐貢丸+炒小黃瓜+肉鬆+四神排骨湯 (白飯、肉鬆、油豆腐、貢丸、小黃瓜、排骨)	蘋果	叉燒包+麥茶	√	√	√	√
12/31	二	芝麻包+牛奶	義大利肉醬麵+煎蛋+雙色蘿蔔湯 (義大利麵、洋蔥、肉末、雞蛋、番茄、雙色蘿蔔)	葡萄	薯餅+鳳梨茶	√	√	√	√

每日餐點水果若有異動，以當日實物為準(食材來源一律使用國產豬)

親愛的家長您好：請協助留意當天食材是否會引發寶貝過敏並請通知老師協助留意，感謝您的協助