

114 年 12 月份 桃園市楊梅區瑞原國小附設幼兒園菜單

日期	星期	主食	副食				湯品	餐點	上午點心	下午點心
12/1	一	香 Q 米飯 白米	瓜子雞 雞丁. 圓平瓜	煮	蒜香高麗菜 高麗菜. 紅蘿蔔	炒	產履 青菜	芹香蘿蔔湯 芹菜. 白蘿蔔		鮮蔬燴飯加水果 小饅頭加優酪乳
12/2	二	糙米飯 白米. 糙米	三絲肉柳 肉柳. 紅蘿蔔絲. 木耳絲	炒	開陽扁蒲 扁蒲. 蝦米	煮	有機 蔬菜	蔬菜蛋花湯 時蔬. 蛋	水果	日式拉麵 肉燥米粉湯
12/3	三	客家炒板條 板條. 肉絲. 綠豆芽. 紅蘿蔔		炒	鹹酥雞 雞丁. 杏鮑菇	炸	產履 青菜	玉米濃湯 玉米粒. 馬鈴薯. 紅蘿蔔		小魚鮮蔬蛋捲加水果 蘿蔔肉片湯
12/4	四	五穀飯 白筆. 五穀米	蒲燒魚丁 魚丁. 時蔬	燒	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔. 蛋	炒	有機 蔬菜	豆漿 黃豆. 二砂		慶生蛋糕加鮮奶加水果 綠豆地瓜湯
12/5	五	糙米飯 白米. 糙米	豆瓣燒雞 雞丁. 洋蔥. 豆瓣醬	燒	白菜滷 大白菜. 紅蘿蔔. 木耳絲	煮	有機 蔬菜	羅宋湯 蕃茄. 馬鈴薯. 高麗菜		煎蛋吐司加水果 竹筍菜包加豆漿
12/8	一	香 Q 米飯 白米	咖哩肉醬 馬鈴薯. 絞肉	煮	奶油金針菇 金針菇. 奶油	煮	產履 青菜	刈薯蛋花湯 刈薯. 蛋		河粉湯加水果 芋泥包加鮮奶
12/9 12/10	二	糙米飯 白米. 糙米	糖醋里肌肉 肉片. 時蔬	炒	蘿蔔麵輪 白蘿蔔. 紅蘿蔔. 麵輪	燒	有機 蔬菜	綠豆地瓜湯 綠豆. 地瓜	水果	鮮魚羹 番茄麵疙瘩
	三	芋香鹹粥 白米. 芋頭. 高麗菜. 玉米粒. 紅蘿蔔		煮	滷味拼盤 肉丁. 海帶結. 豆干丁	滷	產履 青菜	銀絲卷 銀絲卷		蒸餃加水果 綜合滷味

12/11	四	燕麥飯 白米. 燕麥粒	香酥魚排 魚排	炸	洋蔥炒蛋 洋蔥. 蛋	炒	有機蔬菜	豆漿 黃豆. 二砂		蔬菜肉片湯加水果	薏仁湯
12/12	五	糙米飯 白米. 糙米	蠔油燒雞 雞丁. 刈薯. 洋蔥	燒	脆炒時蔬 結頭菜. 木耳. 紅蘿蔔	炒	有機蔬菜	酸菜白肉湯 酸菜. 大白菜. 金針菇. 肉片		板條湯加水果	小肉包加優酪乳
12/15	一	香Q米飯 白米	南瓜蜜雞丁 南瓜. 雞丁	煮	黑胡椒炒菇 黑胡椒. 紅蘿蔔. 杏鮑菇	炒	產履青菜	豆腐羹湯 豆腐. 木耳絲. 紅蘿蔔絲		蘿蔔糕炒蛋加水果	小饅頭加優酪乳
12/16	二	糙米飯 白米. 糙米	古早味肉燥 絞肉. 洋蔥. 豆干丁	煮	木須雙花 木耳絲. 青花菜. 白花菜	炒	有機蔬菜	蔬菜味噌湯 時蔬. 味噌	水果	蛋炒飯	關東煮
12/17	三	炸醬麵 刀削麵. 絞肉. 豆干. 毛豆仁		炒	照燒雞翅*1 雞翅. 照燒醬	燒	產履青菜	南瓜濃湯湯 南瓜. 蛋. 玉米粒		廣東粥加水果	鮮魚味噌湯
12/18	四	蕎麥飯 白米. 蕎麥	香酥魚排 魚排	煮	肉末豆腐 豆腐. 絞肉	煮	有機蔬菜	豆漿 黃豆. 二砂		麵線羹加水果	芋頭西米露
12/19	五	糙米飯 白米. 糙米	蘿蔔燒雞 雞丁. 洋蔥. 蘿蔔	燒	關東煮 甜不辣條. 海帶結. 玉米段	煮	有機蔬菜	扁蒲排骨湯 扁蒲. 龍骨丁		蔬菜煎餅加水果	果醬吐司加鮮奶
12/22	一	香Q米飯 白米	泡菜炒雞 雞丁. 泡菜. 洋蔥	炒	台式炒年糕 大白菜. 年糕. 時蔬	炒	產履青菜	結頭菇菇湯 結頭菜. 金針菇		吻仔魚粥加水果	芝麻包加優酪乳
12/23	二	糙米飯 白米. 糙米	沙嗲魚丁 魚丁. 洋蔥	炸	芹香干片 豆干片. 西芹	炒	有機蔬菜	蓮藕排骨湯 蓮藕片. 龍骨丁	水果	絲瓜麵線	饅頭加海芽豆腐湯
12/24	三	肉醬螺旋麵 螺旋麵. 絞肉. 洋蔥. 玉米粒. 紅蘿蔔		煮	麥克雞塊*3 麥克雞塊	炸	產履青菜	紅豆湯圓 小湯圓. 紅豆		玉米濃湯加水果	蘿蔔雞湯

12/25	四	行憲紀念日									
12/26	五	芝麻飯 白米. 黑芝麻	香拌素雞 素雞. 小黃瓜. 紅蘿蔔	炒	玉米蒸蛋 洗選蛋. 玉米粒	蒸	有機蔬菜	味噌海芽湯 味噌. 海帶芽. 白蘿蔔	乳品	鮮蔬炒手加水果	黃金布丁加鮮奶
12/29	一	香Q米飯 白米	蔥燒雞丁 雞丁. 洋蔥	炒	鮮菇黃瓜 時節菇. 大黃瓜	煮	有機蔬菜	青木瓜枸杞湯 青木瓜. 枸杞. 大骨		鮪魚蛋炒飯加水果	鍋貼加優酪乳
12/30	二	糙米飯 白米. 糙米	梅干控肉 肉丁. 梅乾菜. 白蘿蔔	煮	紅仁高麗 高麗菜. 紅蘿蔔	炒	有機蔬菜	玉米蛋花湯 玉米粒. 蛋	水果	扁蒲粥	饅頭夾蔥蛋
12/31	三	雞茸玉米炒飯 白米. 雞絞肉. 玉米粒. 蛋. 時蔬		炒	醬燒大排 大排		產履青菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔. 龍骨丁	豆奶	濃湯通心粉加水果	地瓜薯條加鮮奶