

土庫鎮立幼兒園 112 年 12 月份餐點表

| 日期   | 星期 | 上午點心        | 午餐~<br>主食 | 主菜    | 副菜  | 副菜         | 湯     | 水果   | 下午點心       | 食物類別                         |
|--|----|-------------|-----------|-------|-----|------------|-------|------|------------|------------------------------|
| 25   | 一  | 蔥肉餡餅<br>冬瓜茶 | 紫米<br>飯   | 筍乾扣肉  | 炒時蔬 | 蜜汁豆干       | 蘿蔔魚丸湯 | 當季水果 | 什錦麵線       | 全穀根莖類、蔬菜類<br>豆魚肉蛋類、水果類       |
| 26   | 二  | 蟹黃燒賣<br>鮮奶  | 五穀<br>飯   | 鹹水雞   | 炒時蔬 | 香菇蒸蛋       | 榨菜肉絲湯 | 當季水果 | 鍋燒烏龍麵      | 全穀根莖類、蔬菜類<br>豆魚肉蛋類、水果類<br>奶類 |
| 27   | 三  | 奶黃包<br>麥茶   | 麵         | 麻油雞麵線 | 炒時蔬 | 滷獅子頭       |       | 當季水果 | 紅豆薏仁湯      | 全穀根莖類、蔬菜類<br>豆魚肉蛋類、水果類       |
| 28   | 四  | 鍋貼<br>決明子茶  | 地瓜<br>飯   | 樹子蒸魚  | 炒時蔬 | 紅燒豆腐       | 鮮蔬蛋花湯 | 當季水果 | 玉米濃湯       | 全穀根莖類、蔬菜類<br>豆魚肉蛋類、水果類       |
| 29   | 五  | 肉羹湯         | 糙米<br>飯   | 蒜泥白肉  | 炒時蔬 | 麻婆針菇<br>冬粉 | 冬瓜肉絲湯 | 當季水果 | 椰子餐包<br>鮮奶 | 全穀根莖類、蔬菜類<br>豆魚肉蛋類、水果類<br>奶類 |
| <p>※ 為維護幼兒健康防範腸病毒及季節性流感，請各位教保員確實執行宣導家長及幼兒用餐前務必洗手。</p> <p>※ 每次用餐時請進行說明：食物種類〈有六大類及每日飲食建議：五穀根莖類 2~3 碗、奶類 1.5~2 杯、蛋豆魚肉類 1~2 份、蔬菜類 1~2.5 碟、水果類 1~2 個、油脂類 1~2 湯匙〉、均衡飲食對健康成長之重要性及用餐衛生及禮儀。</p> <p>餐點種類〈六大類〉不足部分，請家長在家補充。</p> <p>※ 本鎮立幼兒園膳食食材由豐成食品工廠提供，其供應豬肉來源為國內（台灣）在地生鮮食材。</p> <p>※ 本產品含有牛奶、蛋，不適合對其過敏體質者食用。</p> |    |             |           |       |     |            |       |      |            |                              |