

# 👉 臺北市私立小天心茜茜幼兒園

## 111 學年度第二學期 12 月 餐點表

日期				12/01(四)	12/02(五)	六	日
早餐				芋頭饅頭+豆漿	滑蛋肉末粥		
午餐				茄汁燒肉丸 芙蓉蛋 炒青江菜 黃豆芽排骨湯 糙米飯、芭樂	野菇雜菜總匯 義大利麵 香蕉	週休	週休
點心				香蔥青菜拌麵	乳酪捲+優酪乳		
日期	12/05(一)	12/06(二)	12/07(三)	12/08(四)	12/09(五)	六	日
早餐	牛奶饅頭+米漿	青菜叻仔魚粥	銀絲卷+豆漿	昆布魚肉粥	全麥吐司+牛奶		
午餐	香煎鯛魚 蔥蛋 香煎櫛瓜 牛蒡排骨湯 白飯、木瓜	海鮮豆腐羹 蒸蛋 肉絲水燻 紫菜蛋花湯 紫米飯、蘋果	蒜香燉雞腿 九層塔蛋 土豆蔬菜煎 大黃瓜排骨湯 小米飯、芭樂	彩椒肉絲 毛豆炒乾丁肉末 叻仔仔魚炒蛋 蕃茄豆腐湯 紅藜飯、橘子	雞肉蔬菜 咖哩飯 玉米蛋花湯 香蕉	週休	週休
點心	蘿蔔糕湯	紅豆紫米粥	海苔玉米飯糰	起司球麵包	肉末玉米粥		
日期	12/12(一)	12/13(二)	12/14(三)	12/15(四)	12/16(五)	六	日
早餐	芝麻包+牛奶	雞蓉玉米粥	全麥吐司+豆漿	清稀飯+蔥蛋	豆漿吐司+牛奶		
午餐	清蒸鯛魚 香煎雞蛋豆腐 蒜香高麗菜 紫菜蛋花湯 白飯、蘋果	洋蔥玉米雞 蕃茄炒蛋 木耳炒大黃瓜 蘿蔔排骨湯 紅藜飯、火紅果	黃瓜雞丁 香煎雞蛋豆腐 炒青江菜 香菇雞湯 小米飯、木瓜	結菜燉肉 毛豆炒豆干 蒜香大陸妹 南瓜蛋花湯 紫米飯、芭樂	什錦蔬菜蛋花 湯麵 香蕉	週休	週休
點心	湯餃	絲瓜麵線	香菇瘦肉粥	蔥油餅	茶葉蛋+優酪乳		
日期	12/19(一)	12/20(二)	12/21(三)	12/22(四)	12/23(五)	六	日
早餐	全麥吐司+牛奶	魚片蛋花粥	雜糧饅頭+豆漿	清稀飯+蔥蛋	芋頭饅頭+牛奶		
午餐	蒜香鯛魚 秋葵蒸蛋 炒大黃瓜 豆腐蛋花湯 白飯、火龍果	洋蔥雞柳 韭菜炒蛋 炒胡瓜 南瓜枸杞雞肉湯 紅藜飯、橘子	香菇滷肉 蔥蛋 蒜香結菜 羅宋湯 小米飯、蘋果	豬肉燉白菜 黃豆芽炒豆干 雙花椰菜 青木瓜雞湯 紫米飯、葡萄	豬肉蕃茄菇菇 湯麵 香蕉	週休	週休
點心	大滷麵	南瓜雞肉粥	蕃茄蛋花麵	紅豆紫米粥	豬肉滑蛋粥		
日期	12/26(一)	12/27(二)	12/28(三)	12/29(四)	12/30(五)	六	日
早餐	豆漿吐司+米漿	香菇肉末粥	雙色花捲+豆漿	蔥捲+豆奶	地瓜清稀飯		
午餐	香檸鯛魚 蔥蛋 炒大白菜 蕃茄蛋花湯 白飯、火龍果	大黃瓜炒雞丁 紅蘿蔔炒蛋 蒜香高麗菜 蘿蔔排骨湯 紅藜飯、蘋果	瓜仔肉 紅蘿蔔蛋 雙花椰 南瓜排骨湯 小米飯、木瓜	蘿蔔絲蒸肉餅 燒蘿蔔 大陸妹 山藥枸杞排骨湯 紫米飯、橘子	香菇肉絲羹飯 味噌海帶芽湯 白飯、火龍果	週休	週休
點心	肉絲豆腐細粉	鮪魚玉米飯糰	南瓜炒米粉	山藥紫米粥	葡萄吐司+麥茶		

※ 本園一律使用國產豬肉，出自嘉義/高雄/屏東肉品市場、中壢屠宰場。

※ 午餐主食會搭配糙米、五穀、紅藜、小米、地瓜等。餐後備有時令水果一份。

※ 餐點烹煮採少油、少鹽、少糖、不加味精為烹煮的主要原則。

※ 如遇特殊情況或慶典活動時，本園餐點將做適當調整。