彰化縣明倫非營利幼兒園111年12月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐 主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	下午點心	蛋白g	脂肪g	醣類g	熱量卡
1	四	蒸生煎包+決明子茶	白米飯	麻油雞	什錦冬瓜	炒時蔬/水果	味噌豆腐湯	韭香米血糕湯	26.5	20.5	126.0	794.5
2	五	粿仔湯	麥片飯	蘿蔔滷肉	韭香蛋	炒時蔬/水果	蛤蠣湯	羅宋湯	27.0	20.5	124.0	788.5
5	一	什錦麵	糙米飯	瓜仔肉	銀芽豆干絲	炒時蔬/水果	金瓜湯	清粥小菜	27.0	20.5	124.0	788.5
6	二	奶皇包+米漿	蕎麥飯	蔥燒雞丁	菜脯蛋	炒時蔬/水果	榨菜肉絲湯	鹹米台目湯	26.5	20.5	126.0	794.5
7	三	玉米濃湯	咖哩燴飯	黃金雞肉捲		炒時蔬/水果	海芽大骨湯	夾心麵包+決明子茶	28.6	23.3	119.0	800.1
8	四	黑糖饅頭+豆漿	白米飯	香滷雞丁	淋汁豆腐	炒時蔬/水果	冬瓜湯	慶生蛋糕+鮮奶	29.4	20.4	126.0	805.2
9	五	鍋燒粉絲湯	小米飯	鼓汁魚	鮮蔬鮑菇	炒時蔬/水果	竹筍湯	紅豆薏仁湯	31.2	22.6	121.0	811.0
12	一	古都意麵	糙米飯	回鍋肉片	銀芽豆包	炒時蔬/水果	結頭菜湯	蘿蔔糕湯	27	20.5	124	788.5
13	二	養生菌菇蔬菜湯	白米飯	蜜汁雞丁	螞蟻上樹	炒時蔬/水果	當歸豆皮湯	燒仙草	27.0	20.5	124.0	788.5
14	三	蛋糕點心+鮮奶	味噌拉麵湯	香滷油腐		炒時蔬/水果		南瓜叻仔粥	28.6	20.5	126.0	802.9
15	四	擔仔麵	胚芽飯	蔥燒魚	紅蘿蔔炒蛋	炒時蔬/水果	蘿蔔湯	鄉下濃湯	28.6	20.5	126.0	802.9
16	五	紅豆饅頭+米漿	芝麻飯	黑胡椒豬柳	蜜汁豆干	炒時蔬/水果	蕃茄蛋花湯	麻油麵線	28.6	20.5	119.0	774.9
19	一	肉燥米粉湯	紫米飯	三杯雞	玉米四寶	炒時蔬/水果	四神湯	蛋糕+鮮奶	31.2	23.0	121.0	812.0
20	二	雙色小饅頭+豆漿	白米飯	豆輪肉燥	開陽胡瓜	炒時蔬/水果	珍菇湯	薑汁綠豆豆花	28.6	20.5	119.0	774.9
21	三	什錦板條湯	高麗菜飯	炸芋仔丸		炒時蔬/水果	玉米穗排骨湯	肉羹湯	23.0	28.0	107.0	772.0
22	四	大滷麵	蕎麥飯	蔥油雞丁	番茄炒蛋	炒時蔬/水果	芹香貢丸湯	香菇芋頭粥	26.5	20.5	126.0	794.5
23	五	燒賣+海芽湯	糙米飯	壽喜燒	醬燒油腐	炒時蔬/水果	青木瓜湯	麵疙瘩	29.0	30.0	119.0	862.0
26	一	陽春麵	胚芽飯	糖醋雞丁	腐皮白菜	炒時蔬/水果	冬瓜湯	南瓜濃湯	31.2	23.0	121.0	812.0
27	二	鮮奶小饅頭+豆漿	白米飯	打拋豬肉	枸杞蒸蛋	炒時蔬/水果	五行蔬菜湯	鍋燒意麵	27.0	20.5	124.0	788.5
28	三	牛奶麵包+鮮奶	肉羹麵	薯餅		炒時蔬/水果		雞茸玉米粥	28.6	23.3	119.0	800.1
29	四	天婦蘿湯	麥片飯	清蒸魚	家常豆腐	炒時蔬/水果	牛蒡湯	芋香西米露	28.6	20.5	126.0	802.9
30	五	麵線糊	小米飯	海結滷肉	燴刺瓜	炒時蔬/水果	玉米蛋花湯	水餃湯	27.0	20.5	124.0	788.5

附註：本園因活動、季節或不可抗拒之原因小幅更動菜單內容 *皆使用國產豬肉*