**台南市麻豆區文正國小附設幼兒園110年12月份午餐表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 菜色名稱/食材名稱 | 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 12/1 | 三 | 米飯(白米)、酥炸虱目魚柳(虱目魚柳、蛋)、塔香沙茶豆腐(板豆腐、蔥、辣椒、九層塔、杏鮑菇頭)、蒜香有機油菜(油菜、蒜末)、玉米濃湯(甜玉米粒、蛋、馬鈴薯、紅k末、洋蔥) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/2 | 四 | 麵包、擔仔麵(白油麵、韭菜、有機豆芽菜、粗絞肉、水煮鵪鶉蛋、蒜仁、乾香菇、洋蔥)、味噌湯 (板豆腐、味噌、蔥花)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/3 | 五 | 米飯(白米)、打拋豬肉(粗絞肉、洋蔥、九層塔、蒜、辣椒、牛番茄)、蜜汁甜不辣(甜不辣切條、蒜、白芝麻)、蒜香高麗菜(高麗菜、蒜末、紅蘿蔔)、金針菇味噌豆腐湯(金針菇、中華嫩豆腐、味噌) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/6 | 一 | 黑糖花捲(黑糖花捲)、酸辣麵(牛排麵、桶筍絲、大白菜、紅蘿蔔、腿肉絲、乾中香菇朵、板豆腐、木耳、蛋)  | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/7 | 二 | 米飯(白米)、黑胡椒雞絲(雞絲、蒜末、洋蔥)、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔蛋、青蔥、蒜末)、薑絲A菜(A菜、薑絲　、白豆鼓)、米粉湯(乾米粉\*切段、油蔥、韭菜末、腿肉絲)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/8 | 三 | 米飯(白米)、香酥魚片 (圓鱈魚片)、咖哩馬鈴薯(馬鈴薯、紅蘿蔔冷凍毛豆仁、咖哩粉、非基改甜玉米粒、蒜末)、扁魚白菜(大白菜蒜末、無刺扁魚)、綠豆湯(綠豆) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/9 | 四 | 麻油米糕(雞骨腿丁、老薑片、麻油、乾小香菇、長糯米)、蒜香油菜(油菜、蒜末)、關東煮湯(傳統黑輪丁、CAS米血丁、白蘿蔔)、 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/10 | 五 | 黑米飯(白米、黑米)、滷肉飯(粗絞肉、辣椒)、洋蔥炒蛋(洋蔥、蔥蛋)、薑絲有機青松菜(有機青松菜、薑絲)、當歸高麗菜湯(高麗菜、當歸鬚薑母片) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/13 | 一 | 胚芽米飯(白米、胚芽米)、咖哩雞(雞骨腿丁、馬鈴薯、紅蘿蔔、蒜仁洋蔥、冷凍殺菁毛豆仁)、椒鹽百頁豆腐(百頁豆腐)、蒜香大陸妹(大陸妹、蒜末)、鹹湯圓(鮮肉湯圓、茼蒿菜、腿肉絲、中朵乾香菇) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/14 | 二 | 麵包、鍋燒意麵(鍋燒意麵、腿肉絲、小白菜、小虱目魚丸、蝦仁、魷魚條、蒜末)、茶葉蛋(水洗蛋)、火龍果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 12/15 | 三 | 米飯(白米)、啤酒鴨(冷藏鴨肉丁、蒜仁、蔥、辣椒)、小黃瓜炒香腸(小黃瓜、香腸、蒜末)、蒜香白花菜(白花菜、蒜末)、紫菜湯(紫菜薑絲、芹菜末) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/16 | 四 | 米飯(白米)、照燒肉片(腿肉片、洋蔥、薑末、白芝麻)、薑絲炒南瓜(薑母絲、南瓜、粗絞肉)、蒜香高麗菜(高麗菜、蒜末、紅蘿蔔)、小米蛋花湯(小米、蛋、蔥花)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/17 | 五 | 米飯(白米)、香酥魚丁(署魚丁)、蔥花炒蛋(蛋、蔥花、蒜)、薑絲有機奶油白菜(有機奶油白菜、薑絲)、紅豆湯(紅豆) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/20 | 一 | 米飯(白米)、馬來西亞叻沙魚(鯛魚丁、紅蘿蔔、冷凍毛豆仁、蒜頭紅蔥頭)、洋蔥炒蛋(洋蔥、蔥、蛋)、蒜香青江菜炒鮑菇(青江菜蒜末、杏鮑菇)、金針菇味噌豆腐湯(金針菇、中華嫩豆腐、味噌) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/21 | 二 | 米飯(白米)、菜脯雞(骨腿丁、蔥、蒜仁、薑母片、老菜脯)、炒玉米肉末(非基因甜玉米粒、黑胡椒醬、蒜末、粗絞肉)、芝麻菠菜(菠菜白芝麻)、紅豆湯圓湯(花生湯圓、萬丹紅豆) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/22 | 三 | 五穀飯(白米、五穀米)、匈牙利紅椒豬柳丁(豬柳丁、蘑菇、蒜仁、洋蔥、冷凍毛豆仁、紅蘿蔔)、馬鈴薯炒培根(馬鈴薯、培根)、蒜香油菜(油菜、蒜末)、菱角排骨湯(菱角、中排丁、薑母片) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/23 | 四 | 米飯(白米)、宮保雞球(骨腿丁、蔥、蒜仁)、沙茶粉絲(冬粉、紅蘿蔔高麗菜、蒜末、粗絞肉)、薑絲奶油有機白菜(有機奶油白菜、薑絲)、關東煮湯(傳統黑輪丁、CAS米血丁、白蘿蔔)  | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/24 | 五 | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋、腿肉絲、蔥末、非基改甜玉米粒、油條、蛋、白米)、雞塊(雞塊)、沙茶大陸妹(大陸妹、蒜末)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/27 | 一 | 胚芽米飯(白米、胚芽米)、筍乾滷肉(腱肉丁、筍乾、蒜仁、薑母片、蔥段)、薑絲炒南瓜(薑母絲、南瓜、粗絞肉)、蒜香高麗菜(高麗菜、蒜末、紅蘿蔔)、貢丸湯(大貢丸、芹菜) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/28 | 二 | 米飯(白米)、香酥魷魚(魷魚、蛋)、咖哩燒豆腐(板豆腐、紅蘿蔔、冷凍殺菁毛豆仁、馬鈴薯、蒜末)、蒜香有機油菜(有機油菜、蒜末)、小米蛋花湯(小米、蛋、蔥花) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/29 | 三 | 米飯(白米)、雞魯飯(大成雞肉絲、粗絞肉、鳥蛋)、黑胡椒毛豆莢(冷凍毛豆莢、蒜末)、扁魚白菜(大白菜、蒜末無刺扁魚)、蘿蔔玉米排骨湯(白蘿蔔、中排丁 、玉米小段)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 12/30 | 四 | 米飯(白米)、地中海風味雞(骨腿丁、洋蔥、馬鈴薯、牛番茄)、宮保皮蛋(皮蛋、油豆腐丁、油花生、蒜末、蔥、青椒、紅甜椒、黃甜椒)、蒜香綠花菜(綠花菜、蒜末、紅蘿蔔)、米粉湯(乾米粉、韭菜末、腿肉絲) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 12/31 | 五 | 元旦連假 |

備註: 1.餐點表的設計符合幼兒營養、衛生、飲食均衡為原則，每日並有提供新鮮的蔬果。

 2.餐點食材會因季節做異動微調，以當日園內出餐狀況為主，不另行公告通知。

 3.午餐由麻豆國中出餐，詳細內容請至食材登錄網站參閱

 https://fatraceschool.moe.gov.tw/frontend/

 4. 本園所一律使用國產豬.牛肉食材。