

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度上學期

十二月份 幼兒點心單

*本校附幼餐點一律使用國產肉品食材

*天使班許願卡~邀請親子許願隔月的健康營養美味點心喔!

日期	星期	上午點心 9:30	下午點心 2:30
1	日		
2	一	銀耳枸杞薏仁湯/9:00-12:00 停電	水果+保久乳
3	二	秋葵玉米筍炒飯	水果+保久乳
4	三	玉米葡萄乾沙拉三明治(許願)+現煮豆漿	水果+100%果汁
5	四	煎圓鱈+紫菜蛋花湯	水果+保久乳
6	五	自製杯子蛋糕(許願)+蜂蜜牛蒡茶/9:30 慶生會	水果+保久乳
7/8	六/日		
9	一	綠豆薏仁牛奶	蘋果(許願)+保久乳
10	二	魷仔魚紅蘿蔔粥	水果+保久乳
11	三	南瓜煎餅+現煮豆漿	水果+100%果汁
12	四	香菇蒜頭雞湯	水果+保久乳
13	五	新竹貢丸米粉	水果+保久乳
14/15	六/日		
16	一	蔬菜瘦肉干貝糙米粥	水果+保久乳
17	二	紅醬魚片青花菜筆管麵(許願)	水果+保久乳/大班多元體驗
18	三	玉米蛋餅+現煮豆漿	水果+100%果汁
19	四	牛奶堅果玉米片/9:20 歲末成果發表會	水果+保久乳
20	五	紅豆湯圓/8:00 冬至搓湯圓	水果+保久乳
21/22	六/日		
23	一	桂圓紅棗枸杞湯	水果+保久乳
24	二	自製藍莓雞蛋布丁(許願)/10:00 藝文深耕	水果+保久乳
25	三	Q板水煮蛋(許願)+現煮豆漿/10:00 藝文深耕	水果+100%果汁
26	四	鮮蚵麵線羹	水果+保久乳
27	五	菇菇枸杞十穀米粥	水果+保久乳
28/29	六/日		
30		番茄雞蛋麵	
31		鱸魚湯	

承辦人：

園主任：

健康中心：

校長：

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度上學期

十二月份 餐點材料明細單(19 人)

- 上午以養生甜湯、暖身煲湯、蛋、魚、中式麵食、粥品或米食均分，下午以水果+健康飲品為主
- 肉類以雞肉、海鮮為主，豬肉另驗菜劑
- 米以白米、糙米、多穀米、紫米、小米均衡搭配
- 週一水果自訂(以午餐不易出現的種類為主)、週三搭學校現煮豆漿、週二~五午餐水果飲品留用

日期	星期	上午點心 9:30	下午點心 2:30	食材明細
2	一	銀耳枸杞薏仁湯	水果+保久乳	銀耳、枸杞、薏仁
3	二	秋葵玉米筍炒飯	水果+保久乳	秋葵、玉米筍、米飯
4	三	玉米葡萄乾沙拉 三明治 +現煮豆漿	水果+100%果汁	玉米粒罐頭 1 大罐(或 2 小罐) 葡萄乾、沙拉、 <u>吐司麵包 1 條(或 2 包半條)</u>
5	四	煎圓鱈 +紫菜蛋花湯	水果+保久乳	雞蛋 5 顆 紫菜、圓鱈
6	五	自製杯子蛋糕 +蜂蜜牛蒡茶	水果+保久乳	麵粉、牛奶、糖、蜂蜜、牛蒡茶
9	一	綠豆薏仁牛奶	水果+保久乳	水果-小蘋果 10 顆 綠豆、薏仁、牛奶
10	二	魷仔魚紅蘿蔔粥	水果+保久乳	魷仔魚半斤、紅蘿蔔 1 條、洋蔥 1 顆 白米
11	三	南瓜煎餅 +現煮豆漿	水果+100%果汁	南瓜、麵粉
12	四	香菇蒜頭雞湯	水果+保久乳	乾香菇 1 包(或半斤)、蒜頭 1 包(或半斤)、雞腿切塊 20 塊、高麗菜 1 顆(部分留用)
13	五	新竹貢丸米粉	水果+保久乳	梅花豬肉絲半斤(部分留用)、芹菜 2 支、新竹米粉(粗米粉) <u>海瑞貢丸 1 包</u>
16	一	蔬菜瘦肉干貝糙米粥	水果+保久乳	水果-大脆柿 6 顆(小脆柿 8 顆) 高麗菜、梅花豬肉絲、干貝、糙米+白米
17	二	紅醬魚片青花菜筆管麵	水果+保久乳	大蕃茄 3 顆、細絞肉半斤、鯛魚片 1 包、洋蔥 1 顆、青花菜 2 朵、筆管麵 1 包 直麵 1 包
18	三	玉米蛋餅	水果+100%果汁	雞蛋 8 顆、玉米粒罐頭 1 大罐(或 2 小

		+現煮豆漿		罐) 麵粉
19	四	牛奶堅果玉米片	水果+保久乳	牛奶、堅果、玉米片
20	五	紅豆湯圓	水果+保久乳	糯米粉 1 大包(或 2 小包) 紅豆
23	一	桂圓紅棗枸杞湯	水果+保久乳	紅棗 1 包、水果-紅葡萄白葡萄各 1 串 桂圓、枸杞
24	二	自製藍莓雞蛋布 丁	水果+保久乳	藍莓 1 盒、雞蛋 10 顆(部分留用) 吉利丁粉 3~4 包、牛奶
25	三	Q 板水煮蛋 +現煮豆漿	水果+100%果汁	雞蛋 20 顆
26	四	鮮蚵麵線羹	水果+保久乳	鮮蚵 2 包、香菜 1 把、紅麵線 1 包、地 瓜粉 1 包
27	五	菇菇枸杞十穀米 粥	水果+保久乳	美白菇 1 包、鴻喜菇 1 包、枸杞 1 包、 高麗菜 1 顆(部分留用) 十穀米+白米
30	一	番茄雞蛋麵	水果+保久乳	大蕃茄 5 顆、洋蔥 1 顆、雞蛋 3 顆、蔥 1 支、水果-砂糖橘 麵條、高麗菜
31	二	鱸魚湯	水果+保久乳	鱸魚 2 條、薑 1 支、蔥 1 支、高麗菜