

嘉義市東區蘭潭國小附設幼兒園114年12月份菜單

日期	星期	早點	午餐					午點
1	星期一	蔬菜煎餅+冬瓜排骨湯	胚芽飯	酸菜鴨	白花炒鮮蔬	炒油菜	玉米蛋花湯	水果 藍莓三明治+低糖豆漿
2	星期二	奶黃包+米漿	白米飯	瓜仔雞	麻婆豆腐	炒小白菜	結球排骨湯	水果拼盤
3	星期三	紅豆麵包+義美蘋果汁	虱目魚粥	滷味	炒蚵白菜	蒸起司饅頭	水果	小雞塊+麥茶
4	星期四	鍋燒烏龍	白米飯	香酥鮮魚	砂鍋什錦	炒青梗白菜	榨菜肉絲湯	水果拼盤
5	星期五	玉米濃湯	地瓜飯	香蔥肉丁	鮮乳蒸蛋	炒高麗菜	珍珠鮮奶茶	水果 豆沙包+低糖燕麥奶
8	星期一	金瓜炒米粉	胚芽飯	黑胡椒豬柳	紅燒豆腐	炒油菜	酸菜鮮筍湯	燒賣+茶壺湯
9	星期二	蔥抓餅+鮮奶	白米飯	三杯雞	熱炒四色	炒小白菜	紫菜蛋花湯	水果拼盤
10	星期三	香菇雞湯	義大利肉醬麵	蒸豆沙包	炒大白菜	玉米濃湯	水果	綜合滷味
11	星期四	海鮮粥	白米飯	香酥魚丁	壽喜燒	炒蚵白菜	味噌湯	水果拼盤
12	星期五	菠蘿麵包+低糖豆漿	地瓜飯	紅燒豆輪	洋蔥炒蛋	炒青梗白菜	燒仙草	水果 鮮奶酪
13	星期六		白米飯	炸雞腿	滷蛋	炒高麗菜	火鍋湯	水果
15	星期一		校慶補假					
16	星期二	肉絲炒飯+青菜豆腐湯	白米飯	糖醋肉丁	青花炒培根	炒蚵白菜	玉米排骨湯	水果拼盤
17	星期三	粿仔湯	雞肉飯	滷油豆腐	白菜滷	冬瓜魚丸湯	水果	芋頭西米露
18	星期四	什錦炒麵	白米飯	蒲燒鯛魚	鮮蔬年糕	炒油菜	紅棗雞湯	水果拼盤
19	星期五	生日蛋糕+麥茶	地瓜飯	鹹酥雞	紅絲炒蛋	炒青梗白菜	紅豆湯圓	水果 葡萄吐司+鮮奶
22	星期一		管樂踩街補假					
23	星期二	麻油猴頭菇麵線	白米飯	炸雞翅	螞蟻上樹	炒油菜	刺瓜排骨湯	水果拼盤
24	星期三	清粥小菜	肉燥麵	蒸雙色燒賣	炒蚵白菜	火鍋湯	水果	筒仔米糕+柴魚湯
25	星期四		行憲紀念日放假					
26	星期五	麵線糊	地瓜費	咕咾肉	黃金玉米炒蛋	炒高麗菜	綠豆薏仁湯	水果 芝麻包+低糖燕麥奶
29	星期一	砂鍋冬粉	胚芽飯	麻油雞	薑絲冬瓜滷肉	炒青梗白菜	冬菜蘿蔔湯	水果 冰心地瓜+低糖豆漿
30	星期二	蕃茄義大利麵	白米飯	馬鈴薯燉肉	番茄炒蛋	炒油菜	結球魚丸湯	水果拼盤
31	星期三	酸辣湯餃	白醬野菇燉飯	香酥小雞塊	炒高麗菜	味噌湯	水果	蘿蔔玉米排骨湯

*本園一律使用國產豬肉牛肉食材

*12/13配合校慶活動提供午餐和餐盒，不提供上下午點心

*本產品含有甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質的穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及製品，不適合對其過敏體質者食用