

青草湖國小附設幼兒園12月菜單

日期	星期	早點	午餐					午點
			主食	主菜	副菜一	副菜三	湯	
12月1日	三	刈包火蔥蛋 刈包, 洗選蛋, 蔥	古早味素燥飯+炒青菜+牛蒡蔬菜湯 生香菇, 碎干丁, 洋葱+應青+牛蒡, 黃豆芽, 紅蘿蔔					水果 貝果乳酪+鮮乳
12月2日	四	慶生蛋糕	五穀飯	芹香肉片 肉片, 芹菜, 油片絲	醋溜木瓜絲 青木瓜, 生木耳, 紅蘿蔔	應青	玉米海根湯 玉米粒, 海帶根	水果+小籠湯包*2
12月3日	五	鮑菇燕麥粥 燕麥, 鮑菇, 絞肉, 青江菜	沙茶炒麵+檸檬雞翅+炒青菜+薑絲冬瓜湯 黃油麵, 沙茶醬, 紅蘿蔔, 高麗菜, 生香菇, 洋葱, 肉絲+檸檬雞翅*1+應青+薑絲, 冬瓜					水果 馬拉糕+鮮乳
12月6日	一	杯子蛋糕+麥茶	海苔飯	茄汁豬柳 豬柳, 洋葱, 生木耳, 蕃茄醬	香菇蒸蛋 洗選蛋, 生香菇	應青	蒲瓜魚羹湯 蒲瓜, 魚羹	水果+珍珠丸*2
12月7日	二	金菇炒麵 黃油麵, 金針菇, 肉絲, 小白菜, 紅蘿蔔	糙米飯	薑汁雞丁 薑, 洋葱, 帶骨胸丁	螞蟻上樹 絞肉, 高麗菜, 冬粉	應青	豆薯排骨湯 豆薯, 排骨	水果+檸檬愛玉 愛玉, 山粉圓, 檸檬
12月8日	三	雞絲麵 雞絲麵, 凍豆腐, 洗選蛋, 青江菜	咖哩炒飯+炒青菜+紫菜蛋花湯 咖哩粉, 紅蘿蔔, 豆干片, 洋葱, 鮑菇, 小黃瓜+應青+紫菜, 洗選蛋					水果 波羅麵包+鮮乳
12月9日	四	薑仁雞湯 大蔥仁, 帶骨胸丁, 白蘿蔔, 百頁豆腐	燕麥飯	蒜泥白肉 肉片, 蒜, 綠豆芽	黃瓜鮮匯 大黃瓜, 秀珍菇, 紅蘿蔔	應青	結頭菜肉片湯 結頭菜, 肉片	水果+小兔包*1
12月10日	五	南瓜粥 南瓜, 絞肉, 三色丁	日式湯烏龍+香油翅腿+炒青菜 烏龍麵, 乾海苔, 青江菜, 生豆包, 柴魚片, 魚板, 洋葱+生鮮翅小腿*2, 油包+應青					水果 水煎包+鮮乳
12月13日	一	肉絲冬粉湯 冬粉, 肉絲, 小白菜, 生木耳	麥片飯	腐乳雞丁 帶骨胸丁, 高麗菜, 金針菇, 豆腐乳	紅娘炒蛋 洗選蛋, 紅蘿蔔	應青	青木瓜大骨湯 青木瓜, 大骨	水果+滷味 海帶結, 米血, 大黑豆干, 滷包
12月14日	二	乾拌米苔目 米苔目, 生香菇, 絞肉, 豆芽菜	紫米飯	壽喜燒肉 肉片, 洋葱, 豆腐	薑燒冬瓜 冬瓜, 薑, 枸杞	應青	洋芋雞湯 馬鈴薯, 帶骨胸丁	水果+綠豆薑仁湯 綠豆, 小蔥仁
12月15日	三	香蒸地瓜 冰心地瓜	素丼飯+炒青菜+味噌蔬菜湯 生豆包, 鮑菇, 洗選蛋, 海苔絲, 洋葱, 毛豆仁, 大白菜+應青+味噌, 青菜, 豆腐					水果 蔓越莓餐包+鮮乳
12月16日	四	什錦炒飯條 烏龍麵, 洋葱, 生香菇, 肉絲, 紅蘿蔔	糙米飯	南瓜燉雞 南瓜, 帶骨胸丁	塔香海根 海帶根, 九層塔	應青	蕃茄如意湯 蕃茄, 黃豆芽	水果+乾拌水餃*3
12月17日	五	蒲瓜鹹粥 蒲瓜, 紅蘿蔔, 肉絲, 金針菇	大酒麵+滷大排+炒青菜 白油麵, 紅蘿蔔, 高麗菜, 木耳, 洗選蛋, 筍絲+帶骨大排, 油包+應青					水果 肉包+鮮乳
12月20日	一	黑糖捲+紅棗茶	小米飯	打拋豬 絞肉, 九層塔, 洋葱, 蕃茄	雙絲炒蛋 小黃瓜, 紅蘿蔔, 洗選蛋	應青	當歸湯 當歸, 金針菇, 大白菜	水果+水煮玉米*1
12月21日	二	餛飩湯 餛飩*3, 芹菜, 紫菜	五穀飯	日式肉片煮 肉片, 柴魚片, 洋芋, 高麗菜	炒雙花 青花菜, 白花菜, 紅蘿蔔	應青	鮮瓜凍腐湯 大黃瓜, 凍豆腐	水果+紅豆西米露 紅豆, 西谷米
12月22日	三	茶葉蛋*1+冬瓜茶	時蔬炒麵+應青+海結豆腐湯 黃油麵, 洋葱, 高麗菜, 麵腸, 紅蘿蔔, 生木耳+應青+海帶結, 豆腐					水果 蔥花麵包+鮮乳
12月23日	四	地瓜粥 地瓜, 絞肉, 生香菇, 大白菜	糙米飯	小瓜雞丁 帶骨胸丁, 小黃瓜, 洋葱	彩繪白玉 白蘿蔔, 紅蘿蔔, 秀珍菇, 毛豆	應青	青菜蛋花湯 小白菜, 洗選蛋	水果+四神湯 蓮子, 芡實, 淮山, 肉角, 薏仁
12月24日	五	麵線糊 蚵麵線, 洗選蛋, 生木耳, 紅蘿蔔, 筍絲, 肉絲	白醬燉飯+無骨雞排+炒青菜+冬瓜大骨湯 三色丁, 絞肉, 生香菇, 洋葱, 奶水+無骨雞排+青菜+冬瓜, 大骨					水果 芋泥包+鮮奶
12月27日	一	果醬吐司+法明子茶 白吐司*2, 草莓果醬	麥片飯	結頭滷肉 肉角, 結頭菜, 生香菇	義式炒蛋 洗選蛋, 洋芋, 紅蘿蔔, 義大利香料	應青	玉米蘿蔔湯 玉米粒, 白蘿蔔	水果+貢丸海芽湯 貢丸*1, 乾海苔, 芹菜
12月28日	二	蕃茄蛋花湯餃 蕃茄, 洗選蛋, 金針菇, 大白菜, 水餃*3	糙米飯	蜜汁雞丁 雞丁, 高麗菜, 鮑菇	蒲瓜黑輪 黑輪, 蒲瓜, 生木耳	應青	花菜肉片湯 白花菜, 肉片	水果+花生豆花 花生仁, 豆花
12月29日	三	味噌拉麵 味噌, 白油麵, 青江菜, 玉米粒, 生豆包	素麻油鮮菇蒸飯+炒青菜+薑片南瓜湯 麻油, 生香菇, 高麗菜, 豆干丁, 紅蘿蔔+應青+薑, 南瓜					水果 羅宋麵包+鮮乳
12月30日	四	枸杞山藥粥 絞肉, 山藥, 枸杞, 小白菜	胚芽飯	樹子蒸肉 樹子, 絞肉, 豆腐, 紅蘿蔔, 香菇	芝麻拌海帶 海帶絲, 芹菜, 干絲, 白芝麻	應青	黃瓜秀菇湯 大黃瓜, 秀珍菇	水果+香蒸蘿蔔糕*1