

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	四	慶生蛋糕	糙米飯	蒜泥白肉 肉片,綠豆芽,蒜	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+桂圓小米粥 小米,糯米,桂圓
12月2日	五	全國語文競賽調整放假一日							
12月5日	一	榨菜肉絲麵 白油麵,肉絲,榨菜,小白菜	芝麻飯	打抱豬 絞肉,洋蔥,蕃茄,九層塔	金菇蒸蛋 洗選蛋,金針菇	應青	白菜片絲湯 大白菜,油片絲		水果+珍珠丸*2
12月6日	二	南瓜粥 南瓜,絞肉,生香菇	糙米飯	白玉燒雞 帶骨胸丁,白蘿蔔	海帶三絲 海帶絲,干絲,紅蘿蔔	應青	柴香冬瓜湯 冬瓜,柴魚片		水果+綠豆地瓜湯 綠豆,地瓜
12月7日	三	鍋燒意麵 意麵,金針菇,凍豆腐,青花菜	咖哩時蔬炒飯+炒青菜+海芽蛋花湯 麵腸,洋蔥,小黃瓜,紅蘿蔔,鮑菇,咖哩粉+應青+乾海芽,洗選蛋					水果	黑糖卷+鮮乳
12月8日	四	蘿蔔糕湯 蘿蔔糕,青江菜,生木耳	小薏仁飯	芹香肉絲 肉絲,芹菜,豆干片	黃瓜鮮匯 大黃瓜,秀珍菇,紅蘿蔔	應青	花菜肉片湯 白花菜,肉片		水果+小兔包*1
12月9日	五	水煎包+鮮乳	家常炒麵+醬燒大排+炒青菜+結頭魚羹湯 黃油麵,肉絲,生香菇,高麗菜,紅蘿蔔+醬燒大排+應青+結頭菜,魚羹					水果	脆片奶酪
12月12日	一	乾拌米苔目 米苔目,生香菇,絞肉,綠豆芽	燕麥飯	豆乳雞 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	味噌蔬菜湯 青菜,豆腐,味噌		水果+蔥抓餅(2人1份)
12月13日	二	肉絲燉冬粉 冬粉,肉絲,大白菜,生木耳	紫米飯	壽喜燒肉 肉片,洋蔥,豆腐	醬燒冬瓜 冬瓜,蝦米	應青	豆薯排骨湯 豆薯,排骨		水果+燒仙草 仙草汁,大豆,紅豆,綠豆
12月14日	三	香蒸地瓜 冰心地瓜*1	素紹子麵+炒青菜+枸杞青木瓜湯 白油麵,豆干丁,洋蔥,蕃茄,洗選蛋,香菇+應青+青木瓜,枸杞					水果	桂圓蛋糕+鮮乳
12月15日	四	蒲瓜肉末粥 蒲瓜,紅蘿蔔,絞肉,鮑菇	糙米飯	南瓜燉雞 帶骨胸丁,南瓜	塔香海根 海帶根,紅蘿蔔,九層塔	應青	牛蒡油腐湯 牛蒡,油豆腐		水果+白吐司*1
12月16日	五	刈包夾蛋 刈包,洗選蛋	彩繪豬肉炒飯+薑燒魚排+應青+黃瓜豆包湯 肉絲,洋蔥,青江菜,三色丁+應青+生鮮魚排,薑+大黃瓜,生豆包					水果	肉包+鮮乳
12月19日	一	什錦炒疙瘩 麵疙瘩,肉絲,洋蔥,高麗菜,紅蘿蔔	麥片飯	玉米燒雞 帶骨胸丁,玉米結	義式炒蛋 洗選蛋,洋蔥,甜椒,義大利香料	應青	蒲瓜鮮菇湯 蒲瓜,金針菇		水果+小籠湯包*2
12月20日	二	薏仁雞湯 大薏仁,帶骨胸丁,冬瓜,百頁豆腐	五穀飯	日式肉片煮 肉片,洋芋,高麗菜,柴魚片	培根青花 青花菜,培根	應青	青菜蛋花湯 小白菜,洗選蛋		水果+紅豆西米露 紅豆,西谷米
12月21日	三	結頭鹹粥 洗選蛋,結頭菜,生香菇,紅蘿蔔	素裸仔湯+應青+滷味拼盤 板條,油豆腐,豆芽菜,紅蘿蔔,生木耳,韭菜+應青+海帶結,大黑豆干,鮑菇,滷包					水果	水煮蛋*1+鮮乳
12月22日	四	牛角麵包+決明子茶	糙米飯	小瓜雞丁 帶骨胸丁,小黃瓜,紅蘿蔔	彩繪白玉 白蘿蔔,玉米筍,毛豆	應青	鮮茄粉絲湯 冬粉,蕃茄,洋蔥		水果+香蒸蘿蔔糕*1
12月23日	五	活動餐盒							
12月26日	一	鍋貼*3	小米飯	結頭滷肉 肉角,結頭菜	蕃茄炒蛋 洗選蛋,蕃茄	應青	玉米蘿蔔湯 玉米結,白蘿蔔		水果+貢丸海芽湯 貢丸*1,乾海芽,芹菜
12月27日	二	豆腐肉末粥 絞肉,豆腐,三色丁	胚芽飯	花菜雞丁 帶骨胸丁,青花菜,玉米筍	蒲瓜甜條 蒲瓜,甜不辣,紅蘿蔔	應青	如意豆腐湯 黃豆芽,豆腐		水果+花生豆花 盒裝豆花,花生仁
12月28日	三	味噌烏龍麵 烏龍麵,青江菜,玉米粒,生豆包,味噌	麻油鮮菇蒸飯+炒青菜+薑片南瓜湯 豆干丁,生香菇,高麗菜,紅蘿蔔,麻油+應青+南瓜,薑					水果	丹麥可頌+鮮乳
12月29日	四	紫菜金菇湯餃 水餃*3,紫菜,金針菇	糙米飯	洋芋燒雞 帶骨胸丁,馬鈴薯	腐皮白菜 大白菜,生木耳,紅蘿蔔,角螺	炒青菜	豆薯肉絲湯 豆薯,肉絲		水果+小饅頭*1
12月30日	五	肉骨茶湯 排骨丁,白蘿蔔,凍豆腐,生香菇,肉骨茶包	沙茶燴麵+香滷腿排+炒青菜+冬瓜大骨湯 黃油麵,肉絲,紅蘿蔔,高麗菜,洋蔥,沙茶醬+生鮮雞排,滷包+應青+冬瓜,大骨					水果	奶黃包+鮮乳