

新北市三重區光興國小附設幼兒園113學年度第一學期一月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐						下午點心	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1月1日	三	元旦放假一天											
1月2日	四	穀物饅頭 蛋花湯	燕麥米飯	雞腿	螞蟻上樹	有機蔬菜	魷魚羹	時令水果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
1月3日	五	雙蛋粥	白飯	鮭魚	肉片絲瓜	有機蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	花生豆花	✓	✓	✓	✓
1月6日	一	芋頭吐司 優酪乳	白飯	滷豆干	玉米炒蛋	有機蔬菜	海結蘿蔔湯	時令水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
1月7日	二	寧波年糕湯	五穀米飯	打拋豬	甜豆炒花枝	有機蔬菜	味噌湯	時令水果	肉包 紫菜湯	✓	✓	✓	✓
1月8日	三	雞絲麵	乾炒板條		喜相逢	有機蔬菜	排骨蘿蔔湯	時令水果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
1月9日	四	肉燥冬粉	白飯	洋蔥肉片	番茄燴豆腐	有機蔬菜	冬瓜湯	時令水果	小兔包 柳橙汁	✓	✓	✓	✓
1月10日	五	山藥肉末粥	白飯	清蒸鯛魚	洋蔥肉絲	有機蔬菜	番茄蔬菜湯	時令水果	紅白小湯圓	✓	✓	✓	✓
1月13日	一	牛奶饅頭 蛋花湯	白飯	芹菜豆包	清炒花椰菜	有機蔬菜	番茄豆腐湯	時令水果	紅豆紫米湯	✓	✓	✓	✓
1月14日	二	芋頭粥	白飯	瓜仔肉	玉米雞丁	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	珍珠丸 麥茶	✓	✓	✓	✓
1月15日	三	絲瓜麵線	香菇油飯		滷蛋	有機蔬菜	南瓜排骨湯	時令水果	魚丸湯	✓	✓	✓	✓
1月16日	四	奶油餐包 優酪乳	五穀米飯	酥炸土魷魚	壽喜燒肉片	有機蔬菜	紅棗雞湯	時令水果	白木耳蓮子湯	✓	✓	✓	✓
1月17日	五	蔬菜肉末粥	白飯	玉米滑雞丁	菜脯蛋	有機蔬菜	白菜肉絲湯	時令水果	奶酪	✓	✓	✓	✓
1月20日	一	起司蛋三明治 豆漿	白飯	素紅燒烤麩	番茄滑蛋	有機蔬菜	素豆腐味噌湯	時令水果	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓

1. 幼兒如有對食物過敏者, 請家長主動告知班級老師, 以免誤食造成身體不適。

承辦人

教師兼附幼  
保育組長 楊玉珠

園主任

教師兼  
附幼主任 洪翊婷

校(園)長

校長鄭秋嬋