

## 萬是113年上學期餐點表〈第一週～第二週〉

8/1 ~2	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20							馬卡龍 無糖豆漿	西點 豆漿	麻油炒 蛋麵線	麵線 麻油 雞蛋 薑.蔥
午餐 11:20-12:00							豆芽菜麵 香菇雞肉 大補湯	豆芽菜 麵	黃金飯 紅燒肉 肉骨豆腐湯	白米.南瓜 豬肉 麵輪 紅蘿蔔 小蛋 肉骨 豆腐.蔥 小白菜
								水果		鳳梨
下午點心 15:10-16:00							土司 大骨蔬菜湯	土司 大骨 洋蔥 紅蘿蔔 高麗菜	紅豆湯 麥片	紅豆 麥片 微糖

8/5 ~9	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	大骨蔬菜 玉米濃湯	大骨.玉米 火腿.濃湯 青豆仁 紅蘿蔔	麵包 豆漿	麵包 豆漿	米粉 肉燥湯	米粉 肉燥 韭菜 豆芽菜	麻油瘦 肉麵線 絲瓜	瘦肉絲 麵線 薑.絲瓜 麻油	銀絲捲 鮮果汁 牛奶	銀絲捲 鮮果 牛奶
午餐 11:20-12:00		鮮蝦仁四色 番茄炒飯 紫菜大骨 蛋花湯		白米 鮮蝦仁.蛋 番茄 青豆仁 紫菜.馬鈴薯 大骨 紅蘿蔔 洋蔥.蔥		鍋燒意麵		意麵.蝦子 蛤仔.鮮肉 凍豆腐 小白菜 玉米 白蘿蔔 火鍋料 蛋		咖哩飯 餛飩湯
	水果		西瓜	水果	芭樂		水果	火龍果	水果	
下午點心 15:10-16:00	芒果果凍	芒果 果凍粉	水煎包 酪梨牛奶	麵粉 高麗菜 鮮肉燥 酪梨 牛奶	茶葉蛋 麥茶 決明子	醬油 蛋 中藥魯包 麥茶 決明子	楓糖饅頭 檸檬茶	麵粉 楓糖 檸檬汁	大骨蔬菜 關東煮	大骨 白蘿蔔 黑輪 米血 紅蘿蔔 玉米

1. 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
2. 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
3. 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

萬是113年上學期餐點表〈第三週～第四週〉

8/12 ~16	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	土司 豆漿	土司	湯麵	麵	餅乾 養身蓮藕 枸杞茶	餅乾	大骨蔬菜 棵仔湯	棵仔	絲瓜麵線	麵線
		豆漿		肉燥		枸杞		大骨		絲瓜
				大骨		蓮藕粉		韭菜、小白菜		蛋
	小白菜			蔥酥		麻油				
午餐 11:20-12:00	肉排飯 肉羹 排骨竹筍湯	白米	皮蛋瘦 肉粥	白米	豆簽羹	豆簽	三色菜 炒飯 梅子雞 高麗菜 高湯	白米	炒米粉 鹽菜豬 血湯	米粉
		肉排、酸菜		鮮肉絲		魚肚		鮮肉		鮮肉絲
		紅蘿蔔		皮蛋		蚵		鳳梨		小蝦米
		筍絲、木耳		油蔥酥、肉鬆		胡瓜		梅子		洋蔥
		蛋、金針菇		小蝦仁		油蔥酥		雞肉		鹽菜
		排骨		紅白蘿蔔		大骨		高麗菜		豬血、韭菜
		筍絲		香菇		肉絲		紅蘿蔔		高麗菜
		油條	芹菜、蔥	毛豆仁	蔥酥					
	水果	蕃茄	水果	火龍果	水果	柚子	水果	芭樂	水果	香瓜
	下午點心 15:10-16:00	肉包 大骨蔬菜湯	肉包	薏仁芋頭粥	薏仁	饅頭 蔬菜鮮魚 骨熬湯	饅頭	養生 燒仙草	餅乾	水煎包 無糖豆漿
洋蔥			芋頭		大白菜		仙草		無糖豆漿	
高麗菜					鮮魚骨					
大骨					木耳					
紅蘿蔔										

8/19 ~23	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	大骨蔬菜 玉米湯	大骨	麵包 豆漿	麵包	芹菜 魚丸湯	芹菜	餅乾米漿	餅乾	麵包 鮮果汁 牛奶	麵包
		大白菜		無糖豆漿		魚丸		米漿		鮮果
		玉米				小白菜		花生		牛奶
		紅蘿蔔								
午餐 11:20-12:00	鮮肉蔬菜 鳳梨蛋炒飯 蘿蔔排骨湯	白米	壽司 竹筍 排骨湯	意麵、蝦子	什錦炒麵 冬瓜 肉骨湯	麵、蔥、蒜	肉燥飯 大黃瓜 排骨湯	白米	地瓜粥	白米
		鳳梨		蛤仔、鮮肉		筍絲		肉燥		地瓜
		毛豆仁		凍豆腐		肉絲		海帶		麵筋
		高麗菜		小白菜		紅蘿蔔		油豆腐		綠花椰菜
		肉絲		玉米		高麗菜		青紅椒		肉鬆
		蛋		白蘿蔔		冬瓜		大黃瓜		雞蛋
		白蘿蔔		火鍋料		排骨		排骨		蔥花
		排骨		蛋				小蛋		
	水果	西瓜	水果	芭樂	水果	火龍果	水果	蓮霧	水果	香蕉
	下午點心 15:10-16:00	白米 地瓜 綠豆 綠豆湯	白米	大骨蔬菜 關東煮	大骨	土司 檸檬茶	土司	香菇筍 絲肉羹	香菇	車輪餅 大骨紫菜 蛋花湯
地瓜			黑輪		檸檬		筍絲		大骨	
綠豆			米血				鮮肉絲		紫菜	
			玉米				魚漿		蛋	
			紅蘿蔔				金針菇		蔥花	
			白蘿蔔				紅蘿蔔			

- 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
- 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
- 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

## 萬是113年上學期餐點表〈第五週～第六週〉

8/26 ~30	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	湯餃	水餃	饅頭 蛋花湯	饅頭	肉骨蔬菜湯 麵包	麵包	餛飩 大骨湯	餛飩	小餅乾 無糖牛奶	小餅乾
		豬肉		蛋.蔥		肉骨		大骨		無糖牛奶
		大骨		大骨湯		高麗菜		小白菜		
		小白菜		小白菜				蔥酥		
午 餐 11:20-12:00	海鮮蔬菜 彩色通心粉 玉米濃湯	通心粉	豬肉燴飯 金針肉骨湯	白米	炒飯 冬瓜蛤蠣湯	白米.香菇	肉燥意麵 香菇雞 大補湯	意麵	南瓜飯 炒青菜 紅燒豆腐 排骨蘿蔔湯	白米
		蛤仔		豬肉		豬肉絲		肉燥		南瓜
		紅蘿蔔		海帶		小蝦米		小白菜		炒高麗菜
		高麗菜		小蛋		毛豆		蔥酥		豆腐
		青豆仁		油豆腐		火腿		香菇		豆瓣醬
		鮮蝦		金針		紅蘿蔔		雞肉		排骨
		白蘿蔔		肉骨		冬瓜		中藥包		蘿蔔
		玉米.麵粉		芥蘭菜		蛤蠣		薑.高麗菜		
	水果	芭樂	水果	李子	水果	蘋果	水果	木瓜	水果	西瓜
	下午點心 15:10-16:00	土司 紫菜蛋花湯	土司	鮮肉包 桑椹茶	鮮肉包	養生白木 耳蓮子 枸杞湯	白木耳	溫豆花 紅豆	溫豆花	銀絲捲 蛋 大骨湯 芹菜
紫菜			桑椹茶		蓮子		紅豆		蛋	
蛋					冰糖				大骨湯	
蔥花					枸杞				芹菜	
大骨湯										

9/2 ~6	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	肉燥麵	麵條	三明治 豆漿	土司.馬鈴薯	銀絲捲 大骨蔬菜湯	銀絲捲	麻油 瘦肉麵線	麵線	南瓜玉米 肉骨濃湯	南瓜
		肉骨.肉燥		小黃瓜		大骨		瘦肉		肉骨
		小白菜		蛋.沙拉		高麗菜		麻油		玉米粒
		蔥酥		無糖豆漿				薑.絲瓜		
午 餐 11:20-12:00	雞肉絲飯 竹筍排骨湯	白米	豆芽菜麵 香菇蔬菜 肉羹	麵	海產鮮 肉蔬菜 粥	白米	炒十錦麵 肉骨玉米 湯	麵	十穀飯 紅燒焗肉 四神湯	白米,黑米
		雞肉絲		豆芽菜		虱目魚肚		肉絲		小米.糙米
		酸菜.蔥酥		香菇		鮮肉絲		香菇		紅燒焗肉
		炒高麗菜		高麗菜		蚵仔.鮮蝦		紅蘿蔔		白蘿蔔
		竹筍		肉絲		蛤仔.筍絲		高麗菜		紅蘿蔔
		排骨		魚漿		鴻喜菇		洋蔥		海帶.洋蔥
				紅蘿蔔		秀珍菇		肉骨		四神包
				金針菇		紅蘿蔔		玉米		豬小腸
	水果	香蕉	水果	芭樂	水果	葡萄	水果	柚子	水果	芒果
	下午點心 15:10-16:00	土司 冬瓜茶	土司	麵包 大骨蔬菜 湯	麵包	薏仁芋頭	薏仁	楓糖饅頭 決明子茶	楓糖饅頭	綠豆湯 西米露
冬瓜茶			大骨		芋頭		決明子		西米露	
			芹菜		枸杞		麥茶			
			高麗菜							

1. 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
2. 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
3. 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

## 萬是113年上學期餐點表〈第七週～第八週〉

9/9 ~13	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	土司 蔬菜肉骨 蛋花湯	土司	大骨板條湯	板條	餛飩蔬菜 大骨湯	餛飩	麻醬麵 蛋花湯	意麵	吐司	土司
		肉骨		大骨.肉燥		小白菜		麻醬		豆漿
		小白菜		韭菜		大骨湯		蔥花		
蛋	蔥酥			蛋						
午  餐 11:20-12:00	豆簽羹	豆簽	魯雞肉飯 竹筍排骨湯	白米	中秋烤肉 竹筍湯	肉片	南瓜飯 香菇雞肉 大補湯	白米	新鮮海產 蔬菜粥	白米
		鮮肉絲		雞肉		香腸		南瓜		鮮蝦仁
		高麗菜		炒綠花椰菜		玉米		銀芽		豬肉絲
		魚漿		竹筍		紅黃綠青椒		肉絲		高麗菜
		蚵仔		排骨		甜不辣		炒A菜		紅.白蘿蔔
		虱目魚肚		海帶		土司		香菇		蚵仔
		小蝦米		紅蘿蔔		香菇		雞肉		蛤仔
		蔥頭		馬鈴薯		筍子		薑.中藥包		金針菇
	水果	香蕉	水果	柚子	水果	水梨	水果	芭樂	水果	木瓜
	下午點心 15:10-16:00	小西點 百香果茶	小西點	免煎嗲 麥茶 決明子	免煎嗲	麵包 酪梨牛奶	麵包	紫米 西米露	紫米	大骨湯米粉
百香果			麥茶		酪梨		西米露		大骨	
			決明子		牛奶		微糖		肉燥	
									韭菜	
									油蔥酥	

9/16 ~20	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	肉燥湯麵	油麵	休 假		蛋捲 奶茶	蛋捲	麻油蛋 麵線	麵線	鹹餅乾 養生白木 耳紅棗湯	鹹餅乾
		肉燥				豆漿		蛋		白木耳
		小白菜				麥茶		麻油		紅棗
	油蔥絲						肉絲.薑		龍眼乾	
午  餐 11:20-12:00	咖哩飯 冬瓜肉骨 蛤蚧湯	白米	休 假		海鮮彩色 炒飯 排骨洋蔥 味噌豆腐湯	白米	肉排飯 紫菜蛋花湯	鮮肉片	五穀飯 大黃瓜 排骨湯	白米.五穀米
		雞肉				蝦仁		炒高麗菜		瓜仔
		咖哩塊				蛋.紅蘿蔔		豆腐		肉燥
		紅蘿蔔				洋蔥		蕃茄		小蛋
		馬鈴薯				排骨		蛋		海帶
		洋蔥				洋蔥		紫菜		炒綠花椰菜
		冬瓜.蛤蚧				味噌		蛋		大黃瓜
		排骨				豆腐				排骨
	水果	蘋果			水果	芒果	水果	香蕉	水果	芭樂
	下午點心 15:10-16:00	餅乾 仙草	餅乾	休 假		香菇 鮮肉羹	香菇	西米露 小湯圓	西米露	肉包 肉骨蔬菜湯
仙草					肉絲		小湯圓		高麗菜	
					筍絲				洋蔥	
					魚漿				大骨	
					紅蘿蔔				紅蘿蔔	

1. 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
2. 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
3. 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

## 萬是113年上學期餐點表〈第九週～第十週〉

9/23 ~27	週一		週二		週三		週四		週五		
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	
上午點心 9:00-9:20	麵包 果汁牛奶	麵包	肉燥湯麵	油麵	餐包 豆漿	餐包 豆漿	肉燥 仔湯	粿仔	餅乾 南瓜大骨濃湯	餅乾	
		牛奶		肉燥				肉燥		南瓜	大骨
鮮水果	小白菜	韭菜		蔥酥				蔥酥			
	油蔥酥										
午 餐 11:20-12:00	海鮮蔬菜 彩色通心粉 玉米濃湯	通心粉	黃金飯 京醬肉絲 炒青菜 冬瓜排骨 蛤蜊湯	白米, 南瓜	當歸鴨肉 冬粉湯 炒青菜	冬粉	水餃 鮮肉蛋花 酸辣湯	水餃	皮蛋瘦 肉粥	白米	
		蛤仔		香菇, 肉絲, 蔥				鴨肉		豬肉	鮮肉絲
		紅蘿蔔		豆干, 紅蘿蔔				當歸		蛋, 豆腐	皮蛋, 蔥
		高麗菜		韭菜花, 蕃茄				冬菜		筍絲	小蝦仁
		青豆仁		洋蔥, 雞蛋				薑絲		鴨血	紅蘿蔔
		鮮蝦		冬瓜, 蛤蜊				青菜		紅蘿蔔	白蘿蔔
		白蘿蔔		排骨						金針菇	毛豆仁
		玉米, 麵粉									空心菜
	水果	火龍果	水果	小蕃茄	水果	木瓜	水果	芒果	水果	蘋果	
	下午點心 15:10-16:00	銀絲捲 蔬菜湯	銀絲捲	紅豆 薏仁湯	薏仁	担仔肉 燥湯麵	麵	八寶粥	紅豆, 花豆	肉包 桔子汁	肉包
高麗菜			紅豆		肉燥				綠豆		桔子汁
紅蘿蔔			糖		韭菜				薏仁		
大骨					豆芽菜				黑糯米		
洋蔥					蔥酥				糙米		
					大骨湯				小米, 桂圓		

9/30 ~10/4	週一		週二		週三		週四		週五		
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	
上午點心 9:00-9:20	米粉湯	米粉, 肉燥	餐包 米漿	餐包	自製餛 飩湯	餛飩	玉米片 無糖豆漿	玉米片	麻油瘦 肉麵線	麵線	
		韭菜		米漿				大骨湯		無糖豆漿	瘦肉
		豆芽菜						小白菜			絲瓜, 蛋
		洋蔥						蔥酥			麻油, 薑絲
午 餐 11:20-12:00	香腸飯 木耳炒鳳梨 炒青菜 白花椰菜 排骨湯	白米	五彩 雞絲粥	白米	壽司 竹筍 排骨湯	白米	叉燒炒飯 炒青菜 小魚洋蔥 豆腐味噌湯	白米	五彩咖哩 雞肉飯 大黃瓜 肉骨湯	白米	
		香腸		雞肉絲				蛋		叉燒肉	雞肉
		木耳		香菇, 金針菇				海苔		紅蘿蔔	咖哩
		紅蘿蔔		鴻燻菇				小黃瓜		青豆仁	紅蘿蔔
		鳳梨		紅蘿蔔				醋		炒青椒	馬鈴薯
		炒波菜		青豆仁				紅蘿蔔		小魚	洋蔥
		白花椰菜		白蘿蔔				竹筍		洋蔥	大黃瓜
		排骨		高麗菜				排骨		豆腐, 味噌	肉骨
	水果	芭樂	水果	柚子	水果	火龍果	水果	蘋果	水果	香蕉	
	下午點心 15:10-16:00	十穀米粥	白米, 蓮子	肉燥蔬菜 大骨板條湯	板條	土司 麥茶 決明子	土司	綠豆 薏仁 地瓜湯	綠豆	蔬菜餅乾 鳳梨茶	蔬菜餅乾
紫米, 黑米			肉燥		麥茶				薏仁		鳳梨汁
綠豆, 薏仁			白菜		決明子				地瓜		
黑糯米			大骨								
糙米			蔥酥								
小米, 桂圓											

1. 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
2. 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
3. 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

## 萬是113年上學期餐點表〈第十一週～第十二週〉

10/7 ~11	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	玉米脆片 牛奶	玉米脆片	肉燥蔬菜 米粉湯	米粉.肉燥	西點 冬瓜茶	西點	休 假		土司	土司
		牛奶		小白菜		冬瓜				洛神花茶
				大骨湯						
午 餐 11:20-12:00	什錦炒麵 榨菜肉絲 湯	麵.蔥.蒜 筍絲.肉絲	水餃 豬腳土 豆湯	水餃	肉燥飯 冬瓜 排骨湯	白米			地瓜粥	白米
		紅蘿蔔		豬肉		肉燥				地瓜
		高麗菜		高麗菜		油豆腐				虱目魚片
		香菇		韭菜		海帶				蛋.蔥花
		鮮肉絲		豬腳		紅蘿蔔				凉拌海帶
		榨菜		土豆		白蘿蔔				波菜
		肉絲				冬瓜				筍絲
						排骨				紅蘿蔔
	水果	木瓜	水果	李子	水果	香蕉	水果		水果	蘋果
	下午點心 15:10-16:00	小煎包 蛋花湯	小煎包	麵包 豆漿	麵包	香菇肉羹	香菇			大骨蔬菜 關東煮
蛋			豆漿		豬肉絲		紅蘿蔔			
蔥花					魚漿		黑輪			
香菜					筍絲		米血			
					金針菇		白蘿蔔			
					秀珍菇		玉米			

10/14 ~18	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	餅乾 米漿	餅乾	蔬菜湯麵	麵	土司 鮮果汁 牛奶	土司	蔬菜蛋餅 蔬菜大骨湯	高麗菜	麵包 豆漿	麵包
		米漿		肉燥		鮮果汁		蛋餅皮		豆漿
		花生		韭菜.蔥頭		牛奶		大骨		
		在來粉		小白菜				蛋		
午 餐 11:20-12:00	鍋燒意麵	意麵	番茄蛋炒飯 冬瓜蛤仔湯	白米	新鮮海產 三色粥 炒青菜	白米	瓜仔雞肉飯 芹菜大骨 貢丸湯 炒青菜	白米	鮮雞肉彩 色咖哩飯 小白菜肉 骨豆腐湯	白米
		蛤仔		鮮蝦仁		蝦仁		瓜仔雞肉		雞肉.蔥酥
		蝦子		番茄醬		豬肉絲		高麗菜		咖哩.洋蔥
		鮮肉		蛋.紅蘿蔔		紅.白蘿蔔		油豆腐		紅蘿蔔
		凍豆腐		洋蔥		毛豆仁		芹菜		馬鈴薯
		小白菜		冬瓜		蛤仔		大骨		小白菜
		火鍋料		大骨		金針菇等		貢丸		豆腐.蔥花
		金針菇		蛤仔.薑		四季豆				
	水果	芭樂	水果	小西瓜	水果	葡萄	水果	蘋果	水果	香蕉
	下午點心 15:10-16:00	鮮肉包 蔬菜 肉骨湯	鮮肉包	餅乾 養身 仙草蜜	餅乾	麵包 大骨蔬菜 湯	麵包	餅乾 福圓 茶 枸杞 紅棗	餅乾	養身 八寶粥
肉骨			仙草蜜		大骨		龍眼乾肉		綠豆	
高麗菜					白蘿蔔		薑		薏仁	
					玉米		枸杞		黑糯米	
					紅蘿蔔		紅棗		糙米	
									小米.桂圓	

- 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
- 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
- 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

## 萬是113年上學期餐點表〈第十三週～第十四週〉

10/21 ~25	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	餐包 米漿	餐包	蛋捲 豆漿	蛋捲	土司 麥茶	土司	餛飩湯	餛飩	肉燥蔬菜 大骨米粉湯	米粉
		米漿		豆漿		麥茶		大骨湯		大骨
								小白菜		肉燥, 韭菜
							蔥酥			小白菜
午 餐 11:20-12:00	鮮肉彩色 蛋炒飯 排骨蘿蔔湯	白米	水餃 鮮肉蛋花 酸辣湯	水餃	什錦炒麵 冬瓜蛤蜊湯	麵, 肉絲	肉燥飯 芹菜貢丸湯 炒青菜	白米	黃金粥	白米
		鮮肉, 蛋		鮮肉		蝦仁		肉燥		地瓜
		紅蘿蔔		蛋		紅蘿蔔		滷海帶, 油豆腐		肉鬆
		毛豆仁		豆腐		高麗菜		炒綠花椰菜		蔥
		火腿肉		筍絲		芹菜		芹菜		蛋
		排骨		鴨血條		冬瓜		貢丸		炒白花椰菜
		白蘿蔔		紅蘿蔔		蛤蜊		大骨		甜麵筋
		蔥花		金針菇		薑				
	水果	香蕉	水果	芭樂	水果	蘋果	水果	火龍果	水果	木瓜
	下午點心 15:10-16:00	香菇蔬菜 鮮肉羹	魚板	肉包 蛋花湯	肉包	大骨蔬菜 關東煮	大骨	小蛋糕 奶茶	小蛋糕	饅頭 奶茶
香菇, 魚漿			蛋		白蘿蔔		豆漿		牛奶	
韭菜, 肉絲			大骨		米血				麥茶	
蔥酥			芹菜		黑輪					
			香菜		玉米					
					紅蘿蔔					

10/28 ~11/1	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	板條大骨 蔬菜湯	板條	銀絲捲 麥茶	銀絲捲	營養蔬 菜粥	白米, 芋頭	西點 蓮藕茶	西點	肉骨玉米 蔬菜濃湯	玉米, 蛋
		肉絲		麥茶		紅蘿蔔		蓮藕粉		肉骨
		韭菜				肉絲				洋蔥
		蔥酥		高麗菜					紅蘿蔔	
午 餐 11:20-12:00	魯瓜子雞肉 油豆腐 海帶 大黃瓜排 骨湯	白米	皮蛋瘦肉 廣東粥	白米	胚芽飯 麻婆豆腐 排骨金針 湯	白米	南瓜炒米粉 養生四神湯	米粉	碗粿 大骨紫菜 蛋花湯 炒青菜	碗粿
		雞肉		鮮肉絲		胚芽米		南瓜		大骨
		瓜子		皮蛋		豆腐		肉絲		紫菜
		油豆腐		紅, 白蘿蔔		辣豆瓣醬		紅蘿蔔		蛋
		海帶		青豆仁		蔥花		高麗菜		青江菜
		大黃瓜		小蝦仁		炒四季豆		芹菜		
		排骨				排骨		四神		
						金針		小腸		
	水果	橘子	水果	蕃茄	水果	芭樂	水果	柳丁	水果	香蕉
	下午點心 15:10-16:00	綠豆+麥片	綠豆	肉燥蔬菜 米苔目	米苔目	自製 水果凍	火龍果	水煎包 高麗菜 大骨湯	水煎包	土司 豆漿
麥片			肉燥		果凍		高麗菜		豆漿	
			韭菜				大骨			
			芹菜							
			香菜							

1. 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
2. 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
3. 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

## 萬是113年上學期餐點表〈第十五週～第十六週〉

11/4 ~8	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	湯餃	水餃	肉骨蔬菜 米苔目	米苔目	麵包 牛奶	麵包	麵包 海菜蛋 花湯	葡萄麵包	湯圓	糯米
		肉燥		肉骨湯		牛奶		海菜		花生
		韭菜		肉燥.蔥酥				蛋		芝麻
		蔥酥		韭菜.芹菜				蔥		糖
午 餐 11:20-12:00	黃金飯 肉燥 豆腐味 噌湯	白米.南瓜	雞肉絲飯 高麗菜湯 排骨湯	白米	鴨肉羹麵	麵	彩色鮮肉 蛋炒飯 梅子雞湯 +蔬菜	白米	新鮮海產 香菇 菌菇粥	白米
		肉燥		豬肉		鴨肉		鮮肉絲		蝦子
		小蛋		海帶		魚漿		紅蘿蔔		蛤仔
		紅.白蘿蔔		小蛋		香菇.冬菜		毛豆仁		肉絲
		海帶.洋蔥		油豆腐		杏包菇		蛋		紅.白蘿蔔
		油豆腐		金針		豆腐		雞肉		香菇
		味噌.蔥花		肉骨		鴨血絲		高麗菜		美白菇
		小魚干		芥蘭菜		金針菇		梅子.薑		秀珍菇
	水果	橘子	水果	火龍果	水果	木瓜	水果	芭樂	水果	蘋果
	下午點心 15:10-16:00	土司 豆漿	土司	綠豆湯 麥片	綠豆湯	肉燥蔬菜 米粉湯	米粉	椰奶紫米 西米露	椰奶	銀絲捲 芹菜肉骨湯
無糖豆漿			麥片		肉燥		紫米		芹菜	
			小米		豆芽菜		西米露		肉骨	
					韭菜				蔥花	
					蔥酥					

11/11 ~15	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	麵包 鮮肉蔬菜湯	麵包	貢丸小白菜 肉骨湯	貢丸	餅乾 玉米濃湯	小餅乾	大骨湯米粉	米粉	肉燥油麵	油麵
		鮮肉絲		小白菜		玉米濃湯		大骨		肉燥
		高麗菜		肉骨				韭菜		韭菜.芹菜
		蔥酥						蔥酥		蔥酥
午 餐 11:20-12:00	肉排飯 蛋炒番茄 冬瓜 蛤蜊湯	白米	豆芽菜麵 香菇大補 湯	麵	肉燥飯 金針湯	白米	地瓜飯 魯肉 菜頭 貢丸湯	白米.地瓜	水餃 酸辣湯	水餃
		肉排		豆芽菜		肉燥		鮮肉塊		紅蘿蔔
		蛋		韭菜		魯蛋.海帶		紅蘿蔔		大骨
		蕃茄		雞肉		空心菜		大豆乾		豬血
		冬瓜		香菇		金針		炒菠菜		大白菜
		蛤蜊		中藥包		肉骨		白蘿蔔		筍絲.肉絲
				蔥.蒜頭				貢丸		豆腐
								大骨		
	水果	芭樂	水果	火龍果	水果	柳丁	水果	橘子	水果	香蕉
	下午點心 15:10-16:00	薏仁湯	薏仁	車輪餅 麥茶	車輪餅	紫米西米露	紫米	土司 果汁牛奶	土司	關東煮
			麥茶		西米露		牛奶		黑輪.米血	
			決明子		芋頭		新鮮水果		大骨.玉米	

1. 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
2. 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
3. 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。



## 萬是113年上學期餐點表〈第十七週～第十八週〉

11/18 ~22	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	西米露 小湯圓	水餃	小饅頭 牛奶 麥茶	小饅頭	銀絲捲 鮮肉 鮮肉蛋花湯	銀絲捲	板條肉燥湯	板條	小餅乾 南瓜濃湯	小餅乾
		豬肉		牛奶		鮮肉		肉燥		南瓜
		大骨		麥茶		蛋		韭菜, 蔥酥		
		小白菜						小白菜		
午 餐 11:20-12:00	鮮肉鳳梨 番茄炒飯 排骨海菜 蛋花湯	白米	新鮮海鮮 蔬菜炒麵 蔥酥豬血湯	蝦仁	五穀飯 黃帝豆 排骨湯	白米	義大利麵 冬瓜蛤蚧 湯	麵, 肉燥	八寶油飯 香菇鮮雞 肉大補湯	糯米, 蓮子
		鮮肉絲		麵		五穀米		義大利麵醬料		香菇, 小蝦米
		鳳梨		高麗菜		豬肉		紅蘿蔔, 青豆		肉絲, 青豆仁
		紅蘿蔔		肉絲		紅蘿蔔		仁等		鮮雞肉
		青豆仁		豬血		炒波菜				中藥包
		排骨		酸菜		黃帝豆				香菇
		海菜, 蛋		韭菜		排骨				薑
		蕃茄醬		蔥油酥		蛋				
	水果	橘子	水果	芭樂	水果	柿子	水果	蘋果	水果	香蕉
	下午點心 15:10-16:00	蔬菜濃湯 大骨玉米	玉米	米粉肉燥	米粉	綠豆湯 地瓜	綠豆	土司 鮮果汁牛奶	土司	肉包 蔬菜鮮魚 熱湯
大骨湯			肉燥		地瓜		鮮果汁牛奶		高麗菜	
紅蘿蔔			豆芽菜						鮮魚骨	
馬鈴薯									紅蘿蔔	
火腿丁									洋蔥	

11/25 ~29	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	土司 麥奶茶	土司	肉臊 米苔目	米苔目	餛飩湯	餛飩	西點 枸杞 紅棗茶	西點	蔬菜湯麵	湯麵, 肉燥
		麥奶茶		肉臊		大骨		枸杞		高麗菜
				大骨, 韭菜 芹菜, 蔥酥		小白菜		紅棗		韭菜
午 餐 11:20-12:00	黃金飯 瓜仔豬肉 冬瓜蛤蚧湯	白米	香菇彩色 蔬菜雞絲 粥	白米	當歸鴨肉 冬粉湯 青江菜	冬粉	肉排飯 炒蕃茄蛋 榨菜肉絲 湯	白米	咖哩雞 肉飯 竹筍排 骨湯	白米
		南瓜		香菇		鴨肉		肉排		咖哩
		鮮肉塊		雞絲		當歸		蕃茄		雞肉
		瓜仔		紅蘿蔔		冬菜		蛋, 蔥		紅蘿蔔
		炒花椰菜		筍絲		薑		榨菜		馬鈴薯
		冬瓜		高麗菜		青江菜		肉絲		竹筍
		蛤蚧		芹菜				蛋		排骨湯
		薑		香菜						
	水果	柳丁	水果	橘子	水果	木瓜	水果	柚子	水果	蘋果
	下午點心 15:10-16:00	茶葉蛋 大骨芹菜湯	茶葉包, 蛋	餐包 豆漿	餐包	土司 桑椹汁	土司	大骨蔬菜 關東煮	大骨	紅豆湯
大骨			豆漿		桑椹		白蘿蔔		小米	
芹菜					冰糖		黑輪		微糖	
醬油							米血			
八角							玉米			
甘草							芹菜, 香菜			

1. 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
2. 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
3. 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

萬是113年上學期餐點表 < 第十九週 ~ 第二十週 >

12/2 ~6	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	玉米脆片 豆漿	玉米脆片	白煮蛋 大骨青菜湯	蛋	麻油炒蛋 麵線	麵線	小餅乾 南瓜濃湯	小餅乾	小餐包 米漿	小餐包
		豆漿		大骨		蛋		南瓜		米漿
				高麗菜		絲瓜		大骨湯		
午 餐 11:20-12:00	南瓜炒米粉 豆仔薯 蛋花湯	米粉	雞腿飯 養生四神湯	白米	碗粿 蔬菜魚丸 肉骨湯	碗粿	魯肉飯 小魚干 豆腐湯	白米	新鮮海產 蔬菜粥	白米
		南瓜		雞腿		高麗菜		滷肉		蝦子
		鮮肉絲		豆干.海帶		肉骨		滷蛋		蛤仔
		紅蘿蔔		炒A菜		紅蘿蔔		紅.白蘿蔔		虱目魚肚
		高麗菜		四神		洋蔥		小魚干		紅.白蘿蔔
		韭菜		小腸		魚丸		豆腐		青豆仁
		豆仔薯		薑				小白菜		火腿肉
		蛋.排骨湯						肉骨		蔥酥
	水果	橘子	水果	芭樂	水果	柳丁	水果	蘋果	水果	香蕉
	下午點心 15:10-16:00	饅頭 大骨蔥花 蛋花湯	饅頭	小餅乾 玉米濃湯	小餅乾	楓糖饅頭 洛神花茶	楓糖饅頭	蓮子 白木耳	蓮子	蔬菜 大骨麵
大骨			玉米		洛神花		白木耳		高麗菜	
蔥花			肉骨						大骨	
			紅蘿蔔						芹菜	
			玉米粉						香菜	
									油蔥酥	

12/9 ~13	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	雞蛋糕 海帶芽 蛋花湯	雞蛋糕	餅乾 魚丸湯	餅乾	蛋捲 豆漿	蛋捲	土司 豆漿	土司	肉臊米 苔目	肉臊
		海帶芽		肉骨		無糖豆漿		無糖豆漿		米苔目
		蛋.大骨湯		魚丸						韭菜
午 餐 11:20-12:00	雞肉絲飯 蛋炒紅蘿蔔 蘿蔔貢丸排 骨湯	白米	水餃 鮮肉 蛋花 酸辣湯	水餃	碗糕 大黃瓜 魚丸湯 炒青菜	碗糕	什錦炒麵 黃帝豆 鮮骨湯	麵.肉絲	香腸快餐 麻婆豆腐 香菇當歸 排骨湯	白米
		雞肉絲		鮮肉絲		青菜		筍絲		香腸
		酸菜		蛋		大骨		蔥		豆腐
		蛋.紅蘿蔔		豆腐		大黃瓜		蒜		豆瓣醬
		排骨		金針菇		魚丸		紅蘿蔔		香菇
		白蘿蔔		木耳		蔥酥		高麗菜		排骨
		貢丸		鴨血絲				黃帝豆		當歸
				筍絲				肉骨		薑
	水果	柳丁	水果	火龍果	水果	木瓜	水果	鳳梨	水果	蘋果
	下午點心 15:10-16:00	薏仁 綠豆 綠豆湯	薏仁	黑糖饅頭 蔬菜大骨湯	黑糖饅頭	土司 大骨蛋花湯	土司	肉包 肉骨湯 蔬菜	肉包	小西點 蓮藕粉 枸杞
綠豆			高麗菜		大骨		肉骨		蓮藕粉	
			大骨		蛋		洋蔥		枸杞	
					蔥		高麗菜			
									蓮藕茶	

- 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子<吃完早餐>再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
- 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
- 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

萬是113年上學期餐點表〈第廿一週～第廿二週〉

12/16 ~20	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	湯麵	麵	水餃湯	水餃	麵包 豆漿	麵包	湯圓	湯圓	西點 玉米濃湯	西點
		肉燥		韭菜		豆漿		花生		玉米濃湯
		大骨		蔥酥						
		小白菜								
午餐 11:20-12:00	雞腿飯 豆干炒 韭菜花 大黃瓜 排骨湯	白米	炒飯 蛋花酸 辣湯	白米	什錦炒麵 香菇鮮肉 羹湯	麵	海鮮蔬菜 彩色通心 粉 玉米濃湯	通心粉	鮮魚胡 瓜豆羹	豆簽麵
		雞腿肉		紅蘿蔔		蒜		蛤仔		虱目魚肚
		紅蘿蔔		豆腐		筍絲		紅蘿蔔		胡瓜
		馬鈴薯		豬肉絲		洋蔥		高麗菜		小蝦米
		豆干		筍絲.香菇		青江菜		青豆仁		鮮肉絲
		韭菜花		金針菇		香菇		鮮蝦		蚵仔
		大黃瓜		雞血絲		鮮肉絲		白蘿蔔		香菜
		排骨		雞蛋.醋		魚漿		玉米濃湯		芹菜
	水果	火龍果	水果	棗子	水果	木瓜	水果	橘子	水果	蘋果
	下午點心 15:10-16:00	綠豆 地瓜	綠豆	車輪餅 洛神花茶	車輪餅	茶葉蛋 決明子	麥茶	麻油蛋 麵線	麵線	鮮肉包 蔬菜湯
地瓜			洛神花		醬油		麻油		雞骨熬湯	
					香料		雞蛋		大白菜	
					決明子				紅蘿蔔	
									洋蔥	
									芹菜	

12/23 ~27	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	担仔肉 燥湯麵	麵	饅頭 鮮肉蔥花 蛋花湯	饅頭	麵包 牛奶	麵包	小蛋糕 豆漿	小蛋糕	吐司 大骨芹菜 蛋花湯	吐司
		肉燥		肉絲		牛奶		豆漿		大骨芹菜
		蔥油酥		蔥花						蛋花湯
		韭菜		蛋						蛋
午餐 11:20-12:00	黃金白飯 炒青菜 瓜仔雞 肉骨竹筍 湯	白米	鮮肉蔬菜 蛋炒飯 鮮魚味噌湯 炒青菜	豬肉絲	新鮮蚵 仔麵線	麵線	胚芽米飯 蒸蛋 肉絲炒桂 竹筍 高麗菜排 骨湯	白米	白米飯 魯肉+馬 鈴薯+紅 蘿蔔 菜頭排骨 湯	白米
		地瓜		紅蘿蔔		蚵仔		胚芽米		豬肉
		高麗菜		毛豆仁		肉絲		肉絲		馬鈴薯
		瓜仔		火腿.蛋		豬腸		蛋		油豆腐
		雞肉		豆腐		木耳		桂竹筍		海帶
		竹筍		鮮魚		豆芽菜		高麗菜		白蘿蔔
		肉骨		味噌		香菜		排骨		排骨
				四季豆				紅蘿蔔		紅蘿蔔
	水果	柳丁	水果	芭樂	水果	橘子	水果	蘋果	水果	香蕉
	下午點心 15:10-16:00	福圓八 寶粥	龍眼乾	自製水 果凍	蘋果	蔬菜玉 米濃湯	玉米	地瓜 綠豆湯	綠豆	西米露 小湯圓
紅.綠豆			果凍		馬鈴薯		地瓜		小湯圓	
薏仁					火腿肉					
黑糯米					玉米濃湯					
糙米					毛豆					
小米.花豆					紅蘿蔔					

- 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
- 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
- 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

## 萬是113年上學期餐點表〈第廿三週～第廿四週〉

12/30 ~1/3	週一		週二		週三		週四		週五				
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容			
上午點心 9:00-9:20	餅乾 米漿	餅乾	鮮奶饅頭 豆漿	豆漿	休假		土司 豆漿	土司	麵包 鮮果汁 牛奶	麵包			
		米漿		鮮奶饅頭				牛奶					
		花生						鮮果					
午餐 11:20-12:00	肉燥飯 排骨金 針湯	白米	海鮮鍋燒 意麵	鍋燒意麵	休假		海鮮肉絲 三色菜炒麵 大骨洋蔥 豆腐味噌湯	油麵	黃金飯 蕃茄炒蛋 鳳梨高麗 麥香菇雞 湯	白米			
		肉燥		蛤仔				蕃茄					
		海帶		蝦子				雞肉					
		炒高麗菜		鮮肉絲				高麗麥					
		排骨		凍豆腐				鳳梨醬					
		金針		小白菜				香菇					
		蛋		蛋				蒜、薑 醬油					
	水果	木瓜	水果	橘子			水果	小蕃茄	水果	棗子			
	下午點心 15:10-16:00	肉燥大骨 米粉湯	米粉	土司 蔬菜湯			土司	休假		紅豆饅頭 蔬菜大骨 湯	紅豆饅頭	銀絲捲 紫菜蛋 花湯	銀絲捲
			豆芽菜				肉骨				紫菜		
大骨			高麗菜		芹菜								
肉燥													
韭菜													

1/6 ~10	週一		週二		週三		週四		週五			
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容		
上午點心 9:00-9:20	担仔肉燥 湯麵	麵	餅乾 冬瓜茶	餅乾	楓糖饅頭 蔥花蛋花 湯	楓糖饅頭 大骨 蔥花	三明治 豆漿	土司	餐包 桑椹茶	餐包		
		肉燥、韭菜		冬瓜塊				桑椹茶				
		豆芽菜										
午餐 11:20-12:00	海鮮燴飯 排骨蘿蔔 湯	白米	肉鬆鳳梨 蝦仁炒飯 大頭菜貢 丸湯	白米	炒冬粉 養生四 神湯	冬粉 肉燥 小白菜 四神 豬小腸 韭菜 洋蔥 紅蘿蔔	南瓜飯 豬腳花生 湯 炒青菜	白米	海鮮香菇 蔬菜湯麵	麵、蛤仔		
		虱目魚		鮮蝦仁				新鮮蝦仁				
		花枝		肉鬆				大骨				
		肉絲		鳳梨				杏包菇				
		香菇、金針菇		青豆仁、火腿丁				香菇				
		排骨		紅蘿蔔				秀珍菇				
		紅、白蘿蔔		貢丸				高麗菜				
	水果	芭樂	水果	火龍果		水果	柳丁	水果	蘋果	水果	棗子	
	下午點心 15:10-16:00	餐包 蓮藕茶	餐包	大骨蔬菜 米粉湯		米粉	麵包 鮮果汁 牛奶	麵包 鮮果汁 牛奶	香菇鮮 肉羹	香菇	水煎包 蛋花湯	水煎包
			蓮藕粉			大骨				大骨		
枸杞			小白菜		蛋							
			韭菜		蔥花							
			蔥酥									

1. 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
2. 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
3. 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。

萬是113年上學期餐點表〈第廿五週～第廿六週〉

1/13 ~17	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	米粉湯	米粉, 肉燥	餐包 米漿	餐包	自製餛 餛湯	餛餛	肉燥 米苔目	肉燥	湯餃	水餃
		韭菜		米漿		大骨湯		米苔目		豬肉
		豆芽菜				小白菜		韭菜		大骨
		洋蔥				蔥酥		蔥酥		小白菜
午 餐 11:20-12:00	肉排飯 木耳炒鳳梨 炒青菜 白花椰菜 排骨貢丸湯	白米	五彩 雞絲粥	白米	當歸鴨 肉冬粉	冬粉	咖哩雞 肉飯 竹筍排 骨湯	白米	海鮮蔬菜 彩色通心粉 玉米濃湯	通心粉
		豬肉排		雞肉絲		鴨肉		咖哩		蛤仔
		木耳, 紅蘿蔔		香菇, 金針菇		當歸		雞肉		紅蘿蔔
		鳳梨		鴻喜菇		冬菜		紅蘿蔔		高麗菜
		波菜		紅蘿蔔		薑		馬鈴薯		青豆仁
		白花椰菜		青豆仁				竹筍		鮮蝦
		排骨		白蘿蔔				排骨		白蘿蔔
		貢丸		高麗菜						玉米, 濃湯
	水果	芭樂	水果	李子	水果	蘋果	水果	木瓜	水果	西瓜
	下午點心 15:10-16:00	十穀米粥	白米, 蓮子	肉燥蔬菜 大骨板條 湯	板條	土司 麥茶 決明子	土司	餐包 豆漿	餐包	土司 紫菜蛋 花湯
紫米, 黑米			肉燥		麥茶		豆漿		紫菜	
綠豆, 薏仁			白菜		決明子				蛋	
黑糯米			大骨						蔥花	
糙米			蔥酥						大骨湯	
小米, 桂圓										

1/20 ~24	週一		週二		週三		週四		週五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
上午點心 9:00-9:20	麵包 果汁牛奶	麵包	肉燥湯麵	油麵	麻油 瘦肉 麵線	麵線	南瓜 肉骨濃湯	南瓜	肉燥麵	麵條
		牛奶		肉燥		瘦肉		肉骨		肉骨, 肉燥
		鮮水果		小白菜		麻油		玉米粒		小白菜
				油蔥酥		薑, 絲瓜				蔥酥
午 餐 11:20-12:00	豆菜麵 雞肉香菇 牛蒡湯 炒青菜	麵	黃金飯 京醬肉絲 炒青菜 排骨蛤仔 湯	白米, 南瓜, 香菇	炒十錦麵 肉骨玉米 湯	麵	十穀飯 紅燒焗肉 四神湯	白米, 黑米, 小米, 糙米...	慶團圓活動	
		豆菜		肉絲, 蔥		肉絲		紅燒焗肉		
		醬油		炒豆干		香菇		白蘿蔔		
		雞肉		紅蘿蔔		紅蘿蔔		紅蘿蔔		
		雞肉		韭菜花		高麗菜		海帶, 洋蔥		
		牛蒡湯		排骨, 蕃茄		洋蔥		四神包		
		炒青菜		蛤仔		肉骨		豬小腸		
		青菜		洋蔥, 雞蛋		玉米				
	水果	火龍果	水果	小蕃茄	水果	葡萄	水果	柳丁	水果	芭樂
	下午點心 15:10-16:00	銀絲捲 蔬菜湯	銀絲捲	紅豆 薏仁湯	薏仁	楓糖饅頭 決明子茶	楓糖饅頭	綠豆湯 西米露	綠豆	同樂會
高麗菜			紅豆		決明子		西米露			
紅蘿蔔			糖		麥茶					
大骨										
洋蔥										

- 為了培養幼兒良好的飲食習慣，請每天務必讓孩子〈吃完早餐〉再來上學。  
(提早上學者可帶早餐來園)
- 幼兒早餐：家長應避免提供高糖、高油、高鹽食品及冷料。
- 因應天候、季節及臨時發生之事項，將視實況更改整餐點內容。