

萬是114年上學期餐點表〈第一週～第二週〉

8/1	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									麻油炒 蛋麵線	麵線
										麻油
										雞蛋
										薑. 蔥
午 餐 11:20-12:00									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
下午點心 15:10-16:00									水果	蘋 果
									紅豆湯 麥片	紅豆
										麥片
										微糖

8/4 ~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	大骨蔬菜 玉米濃湯	大骨. 玉米	麵包 豆漿	麵包	米粉 肉燥湯	米粉	麻油瘦 肉麵線 絲瓜	瘦肉絲	銀絲捲 鮮果汁 牛奶	銀絲捲
		火腿. 濃湯		豆漿		肉燥		麵線		鮮果
		青豆仁				韭菜		薑. 絲瓜		牛奶
		紅蘿蔔				豆芽菜		麻油		
午 餐 11:20-12:00	鮮蝦仁四色 番茄炒飯 紫菜大骨 蛋花湯	白米	鍋燒意麵	意麵. 蝦子	咖哩飯 餛飩湯	鮮雞肉	水餃 香菇蔬 菜肉羹	水餃	地瓜飯 炒青菜 芹菜貢丸湯	白米. 地瓜
		鮮蝦仁. 蛋		蛤仔. 鮮肉		咖哩塊		肉燥		瓜仔. 海帶
		番茄		凍豆腐		小白菜		高麗菜		鮮肉燥
		青豆仁		小白菜		餛飩		香菇		蛋
		紫菜. 馬鈴薯		玉米		大骨湯		筍絲		炒高麗菜
		大骨		白蘿蔔		馬鈴薯		鮮肉絲		貢丸
		紅蘿蔔		火鍋料		洋蔥		金針菇		芹菜
		洋蔥. 蔥		蛋		紅蘿蔔		鴻喜菇		
下午點心 15:10-16:00	芒果果凍	水果	水果	芭 樂	水果	火龍果	水果	蓮 霧	水果	香 蕉
		芒果	水煎包 酪梨牛奶	水煎包	茶葉蛋 茶 決明子	醬油	黑糖饅頭 檸檬茶	麵粉	大骨蔬菜 關東煮	大骨
		果凍粉		酪梨		蛋		黑糖		白蘿蔔
				牛奶		中藥魯包		檸檬汁		黑輪
						麥茶				米血

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114年上學期餐點表〈第三週～第四週〉

8/11 ~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	土司 豆漿	土司	能量營養 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 肉粥	白米	豆簽羹	豆簽	三色菜 炒飯 梅子雞 高麗菜 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	免煎嗲 麥茶決明子	麥茶	鮮奶饅頭 蔬菜鮮魚 骨熱湯	鮮奶饅頭	養生 燒仙草 加珍珠	餅乾	水煎包 無糖豆漿	水煎包
		洋蔥		決明子		大白菜		仙草		無糖豆漿
		高麗菜		免煎嗲		鮮魚骨		珍珠		
		大骨		芝麻		木耳				
		紅蘿蔔		麵粉						
				雞蛋						

8/18 ~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	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	地瓜 綠豆湯	地瓜	大骨蔬菜 關東煮	大骨	紅豆土司 檸檬茶	紅豆土司	香菇筍 絲肉羹	香菇	車輪餅 大骨紫菜 蛋花湯	車輪餅
		綠豆		黑輪		檸檬		筍絲		大骨
		珍珠		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		

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114年上學期餐點表＜第五週～第六週＞

8/25 ~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	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 冬瓜蛤蜊湯	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		蛤蜊		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 蛋花湯	銀絲捲
		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								

9/1 ~5	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 紅燒焢肉 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		紅燒焢肉
		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	雞蛋土司 冬瓜茶	雞蛋土司	五穀麵包 大骨蔬菜 湯	五穀麵包	薏仁芋頭	薏仁	南瓜饅頭 決明子茶	南瓜饅頭	綠豆湯 西米露	綠豆
		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114年上學期餐點表〈第七週～第八週〉

9/8 ~12	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	自製餛飩湯	餛飩	麻醬麵 蛋花湯	意麵	吐司 豆漿	土司
		肉骨		大骨、肉燥		大骨湯		麻醬		豆漿
		小白菜		韭菜		小白菜		蔥花		
		蛋		蔥酥		蔥酥		蛋		
午餐 餐 11:20-12:00	豆簽羹	豆簽	魯雞肉飯 竹筍排骨湯	白米	壽司 竹筍排骨湯	白米	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		蛋		南瓜		鮮蝦仁
		高麗菜		炒綠花椰菜		海苔		銀芽		豬肉絲
		魚漿		竹筍		小黃瓜		肉絲		高麗菜
		蚵仔		排骨		醋		炒A菜		紅、白蘿蔔
		虱目魚肚		海帶		紅蘿蔔		香菇		蚵仔
		小蝦米		紅蘿蔔		竹筍		雞肉		蛤仔
		蔥頭		馬鈴薯		排骨		薑、中藥包		金針菇
	水果	香 蕉	水果	柚 子	水果	水龍果	水果	芭 樂	水果	木 瓜
	下午點心 15:10-16:00	小西點	免煎嗲 麥茶 決明子	免煎嗲	土司 麥茶 決明子	土司	紫米 西米露	紫米	大骨湯米粉	米粉
		百香果		麥茶		麥茶		西米露		大骨
				決明子		決明子		微糖		肉燥
										韭菜
										油蔥酥

9/15 ~19	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	饅頭 豆漿	饅頭	蛋捲 豆漿 麥茶	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		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 餐 11:20-12:00	咖哩飯 冬瓜肉骨 蛤蜊湯	白米	豆菜麵 豬腳 花生湯 炒青菜	麵	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		豆芽菜		蝦仁		炒高麗菜		瓜仔
		咖哩塊		韭菜		蛋、紅蘿蔔		豆腐		肉燥
		紅蘿蔔		豬腳		洋蔥		蕃茄		小蛋
		馬鈴薯		花生		排骨		蛋		海帶
		洋蔥		芹菜		洋蔥		紫菜		炒綠花椰菜
		冬瓜、蛤蜊		高麗菜		味噌		蛋		大黃瓜
		排骨				豆腐				排骨
	水果	蘋 果	水果	柿 子	水果	芒 果	水果	香 蕉	水果	芭 樂
	下午點心 15:10-16:00	餅乾	大骨蔬菜 關東煮	大骨	香菇 鮮肉羹	香菇	西米露 紫米	西米露	肉包 肉骨蔬菜湯	肉包
		仙草		白蘿蔔		肉絲		紫米		高麗菜
				黑輪		筍絲				洋蔥
				米血		魚漿				大骨
				紅蘿蔔		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114年上學期餐點表＜第九週～第十週＞

9/22 ~26	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	蜂蜜餐包 豆漿	蜂蜜餐包	肉燥粿仔湯	粿仔	餅乾 南瓜大骨濃湯	餅乾
		牛奶		肉燥		豆漿		肉燥		南瓜
		鮮水果		小白菜				韭菜		大骨
				油蔥酥				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		韭菜花		當歸		蛋, 豆腐		皮蛋, 蔥
		高麗菜		洋蔥, 雞蛋		冬菜		筍絲		小蝦仁
		青豆仁		冬瓜, 蛤蜊		薑絲		鴨血		紅蘿蔔
		鮮蝦		排骨		青菜		紅蘿蔔		白蘿蔔
		白蘿蔔						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
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			

9/29 ~10/3	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	米 粉 湯	米粉, 肉燥	奶油餐包 米漿	奶油餐包	餛飩蔬菜 大骨湯	餛飩	玉米片 無糖豆漿	玉米片	麻油瘦 肉麵線	麵線
		韭 菜		米漿		小白菜		無糖豆漿		瘦肉
		豆芽菜				大骨湯				絲瓜, 蛋
		洋蔥								麻油, 薑絲
午 餐 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	中秋烤肉 竹筍湯	肉片	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		香腸		叉燒肉		雞肉
		木耳		香菇, 金針菇		玉米		紅蘿蔔		咖哩
		紅蘿蔔		鴻喜菇		紅黃綠青椒		青豆仁		紅蘿蔔
		鳳梨		紅蘿蔔		甜不辣		炒青椒		馬鈴薯
		炒波菜		青豆仁		土司		小魚		洋蔥
		白花椰菜		白蘿蔔		香菇		洋蔥		大黃瓜
		排骨		高麗菜		筍子		豆腐, 味噌		肉骨
	水果	芭 樂	水果	柚 子	水果		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	麵包 酪梨牛奶	麵包	綠豆 薏仁 地瓜湯	綠豆	蔬菜餅乾 鳳梨茶
紫米, 黑米			肉燥		酪梨		薏仁		鳳梨汁	
綠豆, 薏仁			白菜		牛奶		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114年上學期餐點表＜第十一週～第十二週＞

10/6 ~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			肉燥蔬菜 米粉湯	米粉、肉燥 小白菜 大骨湯 蔥酥	西點 冬瓜 冬瓜茶		鮮奶土司 洛神花茶			
午 餐 11:20-12:00	中秋 休 假		水餃 豬腳土 豆湯	水餃 豬肉 高麗菜 韭菜 豬腳 土豆	肉燥飯 冬瓜 排骨湯	白米 肉燥 油豆腐 海帶 紅蘿蔔 白蘿蔔 冬瓜 排骨	地瓜粥 虱目魚 炒青菜	白米 地瓜 虱目魚片 蛋、蔥花 涼拌海帶 波菜 筍絲 紅蘿蔔	雙十 休 假	
	水果		水果	李 子	水果	香 蕉	水果	蘋 果	水果	
下午點心 15:10-16:00			紅豆麵包 豆漿	紅豆麵包 豆漿	香菇肉羹	香菇 豬肉絲 魚漿 筍絲 金針菇 秀珍菇	大骨蔬菜 關東煮	大骨 紅蘿蔔 黑輪 米血 白蘿蔔 玉米		

10/13 ~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	餅乾 米漿 花生 在來粉	餅乾 米漿 花生 在來粉	蔬菜湯麵	麵 肉燥 韭菜、蔥頭 小白菜	土司 鮮果汁 牛奶	土司 鮮果汁 牛奶	白煮蛋 蔬菜大骨湯	高麗菜 大骨 蛋	麵包 豆漿	麵包 豆漿
午 餐 11:20-12:00	鍋燒意麵	意麵 蛤仔 蝦子 鮮肉 凍豆腐 小白菜 火鍋料 金針菇	番茄蛋炒飯 冬瓜蛤仔湯	白米 鮮蝦仁 番茄醬 蛋、紅蘿蔔 洋蔥 冬瓜 大骨 蛤仔、薑	新鮮海產 三色粥 炒青菜	白米 蝦仁 豬肉絲 紅、白蘿蔔 毛豆仁 蛤仔 金針菇等 四季豆	瓜仔雞肉飯 芹菜大骨 貢丸湯 炒青菜	白米 瓜仔雞肉 高麗菜 油豆腐 芹菜 大骨 貢丸	鮮雞肉彩 色咖哩飯 小白菜肉 骨豆腐湯	白米 雞肉、蔥酥 咖哩、洋蔥 紅蘿蔔 馬鈴薯 小白菜 肉骨 豆腐、蔥花
	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 肉骨 高麗菜 肉骨湯	鮮肉包 肉骨 高麗菜 肉骨湯	餅乾 養身 仙草蜜	餅乾 仙草蜜	芋頭麵包 大骨蔬菜 湯	芋頭麵包 大骨 白蘿蔔 玉米 紅蘿蔔	餅乾 福圓養身 茶 枸杞 紅棗	餅乾 龍眼乾肉 薑 枸杞 紅棗	養身 八寶粥	紅豆、花豆 綠豆 薏仁 黑糯米 糙米 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114年上學期餐點表<第十三週~第十四週>

10/20 ~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	麻油蛋麵線	麵線	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
		麻油		豆漿		麥茶		大骨湯		大骨
		雞蛋						小白菜		肉燥, 韭菜
		薑絲						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	饅頭
		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				

10/27 ~31	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	水餃 營養蔬 菜湯	紅蘿蔔	西點 米漿	西點	肉骨玉米 蔬菜濃湯	玉米, 蛋
		肉絲		麥茶		肉, 韭菜		米漿		肉骨
		韭菜				高麗菜				洋蔥
		蔥酥								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 檸檬汁	土司
		麥片		肉燥		果凍		高麗菜		檸檬汁
				韭菜		葡萄		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114年上學期餐點表＜第十五週～第十六週＞

11/3 ~7	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	油麵 肉骨蔬菜	油麵	紅豆麵包 牛奶	紅豆麵包	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	金針 排骨湯 芥蘭菜	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 蔬菜香菇 菌菇粥	白米
		肉燥		豬肉		鴨肉		鮮肉絲		蝦子
		小蛋		筍干		魚漿		紅蘿蔔		蛤仔
		紅, 白蘿蔔		魯蛋		香菇, 冬菜		毛豆仁		肉絲
		魯味, 洋蔥		金針		杏包菇		蛋		紅, 白蘿蔔
		油豆腐		肉骨		豆腐		雞肉		香菇
		味噌, 蔥花		芥蘭菜		鴨血絲		高麗菜		美白菇
		小魚干				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	銀絲捲
		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				

11/10 ~14	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 炒青菜	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
		薑		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	椰奶 紫米西米露	紫米	土司 果汁牛奶	土司	關東煮	紅, 白蘿蔔
				麥茶		西米露		牛奶		黑輪, 米血
				決明子		芋頭		新鮮水果		大骨, 玉米
						椰奶				

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114年上學期餐點表＜第十七週～第十八週＞

11/17 ~21	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	麻油蛋麵線	麵線	小饅頭 牛奶 麥茶	小饅頭	銀絲捲 鮮肉 銀絲捲 鮮肉蛋花湯	銀絲捲	板條肉燥湯	板條	小餅乾 南瓜 南瓜濃湯	小餅乾
		蛋		牛奶		鮮肉		肉燥		南瓜
		麻油		麥茶		蛋		韭菜、蔥酥		
		薑						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 冬瓜蛤蜊湯	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		冬瓜		中藥包
		排骨		酸菜		黃帝豆		蛤蜊		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	仙草愛玉 珍珠	仙草
		大骨湯		肉燥		地瓜		鮮果汁牛奶		愛玉
		紅蘿蔔		豆芽菜						珍珠
		馬鈴薯								
		火腿丁								

11/24 ~28	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	葡萄土司 麥奶茶	葡萄土司	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		小白菜		紅棗		韭菜
				芹菜、蔥酥						油蔥酥
午 餐 11:20-12:00	黃金飯 瓜仔豬肉 冬瓜蛤蜊湯	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
		蛤蜊		芹菜				蛋		排骨湯
		薑		香菜						
	水果	柳 丁	水果	橘 子	水果	木 瓜	水果	柿 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	南瓜餐包 豆漿	南瓜餐包	鮮奶土司 桑椹汁	鮮奶土司	大骨蔬菜 關東煮	大骨	紅豆湯	紅豆
		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114年上學期餐點表＜第十九週～第二十週＞

12/1 ~5	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	南瓜饅頭	小餅乾 玉米濃湯	小餅乾	紅豆饅頭 洛神花茶	紅豆饅頭	十穀米 蓮子 白木耳	十穀米	蔬菜 大骨麵	麵、肉燥
		大骨		玉米		洛神花		蓮子		高麗菜
		蔥花		肉骨				白木耳		大骨
				紅蘿蔔						芹菜
				玉米粉						香菜
										油蔥酥

12/8 ~12	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 豆腐湯	餅乾	蛋捲 無糖豆漿	蛋捲	紅豆土司 無糖豆漿	紅豆土司	肉臊米 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		豆腐						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	爌肉 大黃瓜 排骨湯 炒青菜	白米、五花肉	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		油豆腐		筍絲		香腸
		酸菜		蛋		波菜		蔥		豆腐
		蛋、紅蘿蔔		豆腐		排骨		蒜		豆瓣醬
		排骨		金針菇		大黃瓜		紅蘿蔔		香菇
		白蘿蔔		木耳		蔥酥		高麗菜		排骨
		貢丸		鴨血絲		麵腸		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	黑糖饅頭 蔬菜大骨湯	黑糖饅頭	南瓜土司 大骨蛋花湯	南瓜土司	肉包 肉骨湯 蔬菜	肉包	小西點 蓮藕茶	小西點
		綠豆		高麗菜		大骨		肉骨		蓮藕粉
				大骨		蛋		洋蔥		枸杞
						蔥		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114年上學期餐點表〈第廿一週～第廿二週〉

12/15 ~19	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	麵	絲瓜肉絲麵線	絲瓜	紅豆麵包 豆漿	紅豆麵包	水餃湯	水餃	西點 玉米濃湯	西點
		肉燥		肉絲		豆漿		韭菜		玉米濃湯
		大骨		麵線				蔥酥		
		小白菜								
午 餐 11:20-12:00	雞腿飯 豆干炒 韭菜花 冬瓜 排骨湯	白米	海鮮蔬菜 彩色通心粉 玉米濃湯	通心粉	什錦炒麵 香菇鮮肉羹湯	油麵	火腿蛋 炒飯 蛋花酸 辣湯	白米	鮮魚胡 瓜豆羹	豆簽麵
		雞腿肉		蛤仔		蒜		紅蘿蔔		虱目魚肚
		紅蘿蔔		紅蘿蔔		筍絲		豆腐		胡瓜
		馬鈴薯		高麗菜		大白菜		豬肉絲		小蝦米
下午點心 15:10-16:00	綠豆 地瓜	豆干	燒仙草	青豆仁	茶葉蛋 決明子	青江菜	車輪餅 洛神花茶	筍絲, 香菇	鮮肉包 山粉圓	鮮肉絲
		韭菜花		鮮蝦		香菇		金針菇		蚵仔
		冬瓜		白蘿蔔		鮮肉絲		雞血絲		香菜
		排骨		玉米, 濃湯		魚漿		雞蛋, 醋		芹菜
下午點心 15:10-16:00	水果	火龍果	水果	橘 子	水果	木 瓜	水果	棗 子	水果	蘋 果

12/22 ~26	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	西米露 小湯圓	西米露
		肉燥		肉絲		牛奶		豆漿		小湯圓
		蔥油酥		蔥花						
		韭菜		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
下午點心 15:10-16:00	福圓八寶粥	雞肉	自製水 果凍	豆腐	肉包 桔子茶	木耳	地瓜 綠豆湯	桂竹筍	鮮奶土司 大骨芹菜 蛋花湯	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
下午點心 15:10-16:00	水果	柳 丁	水果	芭 樂	水果	橘 子	水果	蘋 果	水果	香 蕉

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114年上學期餐點表<第廿三週~第廿四週>

12/29 ~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	餅乾 米漿	餅乾 米漿 花生	水餃 蔬菜湯	水餃 蔬菜 大骨	土司 豆漿	土司 豆漿			麵包 鮮果汁 牛奶	麵包 牛奶 鮮果
午餐 11:20-12:00	肉燥飯 排骨金針湯	白米 肉燥 海帶 炒高麗菜 排骨 金針 蛋	海鮮鍋燒 意麵	鍋燒意麵 蛤仔 蝦子 鮮肉絲 凍豆腐 小白菜 蛋 玉米	海鮮肉絲 三色菜炒麵 大骨洋蔥 豆腐味噌湯	油麵 蝦子 肉絲 花椰菜 大骨 豆腐 味噌 蔥花	元旦休假		黃金飯 蕃茄炒蛋 鳳梨高麗菜 香菇雞湯	白米 蕃茄 雞肉 高麗菜 鳳梨醬 香菇 蒜.薑 醬油
下午點心 15:10-16:00	水果	木 瓜	水果	橘 子	水果	小蕃茄			水果	棗 子
	肉燥大骨 米粉湯	米粉 豆芽菜 大骨 肉燥 韭菜	土司 豆漿	土司 豆漿	紅豆饅頭 蔬菜大骨 湯	紅豆饅頭 蔬菜 大骨			銀絲捲 紫菜 芹菜 花湯	銀絲捲 紫菜 芹菜

1/5 ~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	担仔肉燥 湯麵	麵 肉燥.韭菜 豆芽菜 蔥酥	餅乾 冬瓜茶	餅乾 冬瓜塊	葡萄饅頭 蔥花蛋花 湯	葡萄饅頭 大骨 蔥花	三明治 豆漿	土司 沙拉 蛋 豆漿	餐包 桑椹茶	餐包 桑椹茶
午餐 11:20-12:00	海鮮燴飯 排骨蘿蔔 湯	白米 虱目魚 花枝 肉絲 香菇.金針菇 排骨 紅.白蘿蔔	肉鬆鳳梨 蝦仁炒飯 大頭菜貢 丸湯	白米 鮮蝦仁 肉鬆 鳳梨 青豆仁.火腿丁 紅蘿蔔 貢丸 大頭菜	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 南瓜 肉燥 豆干 海帶 豬腳 花生 當季青菜	麵.蛤仔 新鮮蝦仁 大骨 杏包菇 香菇 秀珍菇 高麗菜 小白菜	麵.蛤仔 新鮮蝦仁 大骨 杏包菇 香菇 秀珍菇 高麗菜 小白菜
下午點心 15:10-16:00	餐包 蓮藕粉 枸杞 蓮藕茶	餐包 蓮藕粉 枸杞 蓮藕茶	大骨蔬菜 米粉湯	米粉 大骨 小白菜 韭菜 蔥酥	鮮肉包 鮮果汁 牛奶	鮮肉包 鮮果汁 牛奶	香菇鮮 肉羹	香菇 鮮肉絲 魚漿 筍絲 金針菇 紅蘿蔔	水煎包 大骨 蛋 蔥花	水煎包 大骨 蛋 蔥花

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114年上學期餐點表＜第廿五週～第廿六週＞

1/12 ~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	米粉湯	米粉、肉燥	餐包 米漿	餐包	自製餛飩湯	餛飩	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	土司
		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								

1/19 ~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	麵包 果汁牛奶	麵包	肉燥湯麵	油麵	麻油 瘦肉 麵線	麵線	南瓜玉米 肉骨濃湯	南瓜	鮮奶饅頭 豆漿	鮮奶饅頭
		牛奶		肉燥		瘦肉		肉骨		豆漿
		鮮水果		小白菜		麻油		玉米粒		
				油蔥酥		薑、絲瓜				
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 紅燒焢肉 四神湯	白米、黑米、 小米、糙米...	雞肉絲飯 竹筍排骨 湯 炒青菜	白米
		豆菜		肉絲、蔥		肉絲		紅燒焢肉		雞肉絲
		醬油		炒豆干		香菇		白蘿蔔		酸菜
		雞肉		紅蘿蔔		紅蘿蔔		紅蘿蔔		竹筍
		香菇		韭菜花		高麗菜		海帶、洋蔥		排骨
		牛蒡		排骨、蕃茄		洋蔥		四神包		高麗菜
		青菜		蛤仔		肉骨		豬小腸		蔥酥
				洋蔥、雞蛋		玉米				蒜頭
	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	芋頭饅頭 決明子茶	芋頭饅頭	綠豆湯 西米露	綠豆	肉燥湯麵	麵條
		高麗菜		紅豆		決明子		西米露		肉骨
		紅蘿蔔		糖		麥茶				肉燥
		大骨								小白菜
		洋蔥								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114年上學期餐點表〈第廿七週〉

1/26 ~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	板條肉燥湯	板條	蛋捲豆漿	蛋捲	土司麥茶	土司	擔仔肉燥湯麵	麵	三明治豆漿	土司
		肉燥		豆漿		麥茶		肉燥、韭菜		沙拉
		小白菜						豆芽菜		蛋
								蔥酥		豆漿
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	黃金飯 魯肉 冬瓜肉骨 蛤蜊湯	白米	海鮮燴飯 排骨蘿蔔湯	白米	南瓜飯 豬腳花生湯 炒青菜	白米
		鮮肉、蛋		鮮肉		地瓜		虱目魚		南瓜
		紅蘿蔔		蛋		紅蘿蔔		花枝		肉燥
		毛豆仁		豆腐		高麗菜		肉絲		豆干
		火腿肉		筍絲		五花肉		香菇		海帶
		排骨		鴨血條		冬瓜		排骨		豬腳
		白蘿蔔		紅蘿蔔		蛤蜊		白蘿蔔		花生
		蔥花		金針菇		油豆腐		高麗菜		當季青菜
	水果	橘 子	水果	棗 子	水果	蘋 果	水果	芭 樂	水果	蘋 果
下午點心 15:10-16:00	餐包 米漿	餐包	菜包 蛋花湯	菜包	大骨蔬菜 關東煮	大骨	牛奶土司 豆漿	牛奶土司	香菇鮮肉羹	香菇
		米漿		蛋		白蘿蔔		豆漿		鮮肉絲
				大骨		米血				魚漿
				芹菜		黑輪				筍絲
				香菜		玉米				金針菇
						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。