

萬是115年第一學期餐點表〈第一週～第二週〉

8/3 ~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	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 冬瓜排骨	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		冬瓜		香菇		蛋
		紫菜、馬鈴薯		玉米		大骨		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		
	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	芒果	水煎包 酪梨牛奶	水煎包	茶葉蛋 麥茶 決明子	醬油	黑糖饅頭 檸檬茶	麵粉	葡萄土司 紫菜蛋花湯	葡萄土司
		果凍粉		酪梨		蛋		黑糖		大骨
				牛奶		中藥魯包		檸檬汁		紫菜
						麥茶				蛋
						決明子				

8/10 ~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	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 粿仔湯	粿仔	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 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	免煎嗲 麥茶決明子	麥茶	鮮奶饅頭 蔬菜鮮魚 骨熬湯	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						

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115年第一學期餐點表＜第三週～第四週＞

8/17 ~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	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	葡萄麵包	
		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	壽司海苔	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		小黃瓜		筍絲		肉燥		地瓜	
		毛豆仁		紅蘿蔔		肉絲		海帶		麵筋	
		高麗菜		嫩薑片		紅蘿蔔		油豆腐		綠花椰菜	
		肉絲		紅甜豆絲		高麗菜		青紅椒		肉鬆	
		蛋		竹筍		冬瓜		大黃瓜		雞蛋	
		白蘿蔔		肉骨		排骨		排骨		蔥花	
		排骨						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				

8/24 ~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	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	餐包 無糖牛奶	餐包	
		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								

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115年第一學期餐點表 < 第五週 ~ 第六週 >

8/31 ~9/4	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	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 紅燒燻肉 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		紅燒燻肉
		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		鴻煮菇		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						

9/7 ~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	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 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		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	火龍果	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	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

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115年第一學期餐點表〈第七週～第八週〉

9/14 ~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	肉燥湯麵	油麵	饅頭 豆漿	饅頭	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		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	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		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		綠花椰菜	
		冬瓜.蛤蜊		高麗菜		味噌		蛋		大黃瓜	
		排骨				豆腐				排骨	
	11:20-12:00	水果	蘋 果	水果	柿 子	水果	火龍果	水果	香 蕉	水果	芭 樂
		餅乾 仙草	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				
	玉米		金針菇								
下午點心 15:10-16:00											

9/21 ~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	麵包 果汁牛奶	麵包	肉燥湯麵	油麵	餛飩蔬菜 小白菜 大骨湯	餛飩	肉燥粿 仔湯	粿仔			
		牛奶		肉燥		小白菜		肉燥			
		鮮水果		小白菜		大骨湯		韭菜			
				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 蛤蚧湯	白米,南瓜	中秋烤肉 竹筍湯	肉片	水餃 鮮肉蛋花 酸辣湯	水餃	中秋 休 假		
		蛤仔		香菇,肉絲,蔥		香腸		豬肉			
		紅蘿蔔		韭菜花		玉米		蛋,豆腐			
		高麗菜		洋蔥,雞蛋		紅黃綠青椒		筍絲			
		青豆仁		冬瓜,蛤蚧		甜不辣		鴨血			
		鮮蝦		排骨		土司		紅蘿蔔			
		白蘿蔔				香菇		金針菇			
		玉米,麵粉				筍子					
	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	麵包 酪梨牛奶	麵包	八寶粥	紅豆,花豆		
			高麗菜		紅豆		酪梨		綠豆		
			紅蘿蔔		糖		牛奶		薏仁		
大骨							黑糯米				
洋蔥							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115年第一學期餐點表 < 第九週 ~ 第十週 >

9/28 ~10/2	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			奶油餐包 米漿	奶油餐包 米漿	蜂蜜餐包 豆漿	蜂蜜餐包 豆漿	玉米片 無糖豆漿	玉米片 無糖豆漿	麻油瘦 肉麵線	麵線 瘦肉 絲瓜. 蛋 麻油. 薑絲
午 餐 11:20-12:00	教師節休假		五彩 雞絲粥	白米 雞肉絲 香菇. 金針菇 鴻喜菇 紅蘿蔔 青豆仁 白蘿蔔 高麗菜	當歸鴨肉 冬粉湯 炒青菜	冬粉 鴨肉 當歸 冬菜 薑絲 青菜	叉燒炒飯 炒青菜 小魚洋蔥 豆腐味噌湯	白米 叉燒肉 紅蘿蔔 青豆仁 炒青椒 小魚 洋蔥 豆腐. 味噌	五彩咖哩 雞肉飯 大黃瓜 肉骨湯	白米 雞肉 咖哩 紅蘿蔔 馬鈴薯 洋蔥 大黃瓜 肉骨
		水果		水果		水果		水果		香 蕉
下午點心 15:10-16:00				板條 肉燥 白菜 大骨 蔥酥		麵 肉燥 韭菜 豆芽菜 蔥酥 大骨湯		綠豆 薏仁 地瓜 地瓜湯		雞蛋土司 鳳梨汁

10/5 ~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	餅乾 南瓜大 骨濃湯	餅乾 南瓜 大骨	肉燥蔬菜 米粉湯	米粉. 肉燥 小白菜 大骨湯 蔥酥	西點 冬瓜茶	西點 冬瓜	鮮奶土司 洛神花茶	鮮奶土司 洛神花茶		
午 餐 11:20-12:00	皮蛋瘦 肉粥	白米 鮮肉絲 皮蛋. 蔥 小蝦仁 紅蘿蔔 白蘿蔔 毛豆仁 空心菜	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	雙十補假	
		水果		水果		水果		水果		
下午點心 15:10-16:00		肉包 桔子汁		紅豆麵包 豆漿		香菇 豬肉絲 魚漿 筍絲 金針菇 秀珍菇		麵 肉燥 韭菜 豆芽菜 蔥酥 大骨湯		

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115年第一學期餐點表＜第十一週～第十二週＞

10/12 ~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	蔬菜湯麵	麵	餅乾 米漿	餅乾	土司 鮮果汁 牛奶	土司	白煮蛋 蔬菜大骨湯	高麗菜	麵包 豆漿	麵包
		肉燥		米漿		鮮果汁		大骨		豆漿
		韭菜.蔥頭		花生		牛奶		蛋		
		小白菜		在來粉						
午 餐 11:20-12:00	番茄蛋炒飯 冬瓜蛤仔湯	白米	鍋燒意麵	意麵	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
		鮮蝦仁		蛤仔		蝦仁		瓜仔雞肉		雞肉.蔥酥
		番茄醬		蝦子		豬肉絲		高麗菜		咖哩.洋蔥
		蛋.紅蘿蔔		鮮肉		紅.白蘿蔔		油豆腐		紅蘿蔔
		洋蔥		凍豆腐		毛豆仁		芹菜		馬鈴薯
		冬瓜		小白菜		蛤仔		大骨		小白菜
		大骨		火鍋料		金針菇等		貢丸		肉骨
		蛤仔.薑		金針菇		四季豆				豆腐.蔥花
	水果	小西瓜	水果	芭 樂	水果	葡 萄	水果	蘋 果	水果	香 蕉
下午點心 15:10-16:00	餅乾 養身 仙草蜜	餅乾	鮮肉包 蔬菜 肉骨湯	鮮肉包	芋頭麵包 大骨蔬菜 湯	芋頭麵包	餅乾 福圓養身 茶 枸杞 紅棗	餅乾	養身 八寶粥	紅豆.花豆
		仙草蜜		肉骨		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

10/19 ~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	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		蔥
		毛豆仁		豆腐		高麗菜		炒綠花椰菜		蛋
		火腿肉		筍絲		芹菜		芹菜		炒白花椰菜
		排骨		鴨血條		冬瓜		貢丸		甜麵筋
		白蘿蔔		紅蘿蔔		蛤蜊		大骨		
		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				

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115年第一學期餐點表＜第十三週～第十四週＞

10/26 ~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			銀絲捲 麥茶	銀絲捲 麥茶	水餃 營養蔬 菜湯	紅蘿蔔 肉、韭菜 高麗菜 水餃	西點 米漿	西點 米漿	肉骨玉米 蔬菜濃湯	玉米、蛋 肉骨 洋蔥 紅蘿蔔
午 餐 11:20-12:00	光復節補假		皮蛋瘦肉 廣東粥	白米 鮮肉絲 皮蛋 紅、白蘿蔔 青豆仁 小蝦仁	胚芽飯 麻婆豆腐 排骨金針 湯	白米 胚芽米 豆腐 辣豆瓣醬 蔥花 炒四季豆 排骨 金針	南瓜炒米粉 養生四神湯	米粉 南瓜 肉絲 紅蘿蔔 高麗菜 芹菜 四神 小腸	碗粿 大骨紫菜 蛋花湯 炒青菜	碗粿 大骨 紫菜 蛋 青江菜
		水果	水果	蕃 茄	水果	芭 樂	水果	柳 丁	水果	香 蕉
下午點心 15:10-16:00			肉燥蔬菜 米苔目	米苔目 肉燥 韭菜 芹菜 香菜	自製 水果凍	火龍果 果凍 葡萄	水煎包 高麗菜 大骨湯	水煎包 高麗菜 大骨	土司 檸檬汁	土司 檸檬汁

11/2 ~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	湯餃	水餃 肉燥 韭菜 蔥酥	油麵 肉骨蔬菜	油麵 肉骨湯 肉燥、蔥酥 韭菜、芹菜	紅豆麵包 牛奶	紅豆麵包 牛奶	麵包 海菜蛋 花湯	葡萄麵包 海菜 蛋 蔥	湯圓	糯米 花生 芝麻 糖
午 餐 11:20-12:00	黃金飯 肉燥 豆腐味 噌湯	白米、南瓜 肉燥 小蛋 紅、白蘿蔔 魯味、洋蔥 油豆腐 味噌、蔥花 小魚干	金針 排骨湯 介蘭菜	白米 豬肉 筍干 魯蛋 金針 肉骨 芥蘭菜	鴨肉羹麵	麵 鴨肉 魚漿 香菇、冬菜 杏包菇 豆腐 鴨血絲 金針菇	彩色鮮肉 蛋炒飯 梅子雞湯 +蔬菜	白米 鮮肉絲 紅蘿蔔 毛豆仁 蛋 雞肉 高麗菜 梅子、薑	新鮮海產 蔬菜香菇 菌菇粥	白米 蝦子 蛤仔 肉絲 紅、白蘿蔔 香菇 美白菇 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 無糖豆漿 土司 豆漿	綠豆湯 麥片	綠豆湯 麥片	綠豆湯 麥片 小米	肉燥蔬菜 米粉湯	米粉 肉燥 豆芽菜 韭菜 蔥酥	椰奶紫米 西米露	椰奶 紫米 西米露	銀絲捲 芹菜肉骨湯	銀絲捲 芹菜 肉骨 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115年第一學期餐點表＜第十五週～第十六週＞

11/9 ~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	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 炒青茶	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				

11/16 ~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	麻油蛋 麵線	麵線	小饅頭 牛奶 麥茶	小饅頭	銀絲捲 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
		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		炒菠菜		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								

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115年第一學期餐點表＜第十七週～第十八週＞

11/23 ~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	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
下午點心 15:10-16:00	茶葉蛋 大骨芹菜湯	炒花椰菜	南瓜餐包 豆漿	筍絲	鮮奶土司 桑椹汁	薑	大骨蔬菜 關東煮	榨菜	紅豆湯	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						
下午點心 15:10-16:00	茶葉包、蛋 大骨 芹菜 醬油 八角 甘草	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		
下午點心 15:10-16:00	茶葉包、蛋 大骨 芹菜 醬油 八角 甘草	八角	南瓜餐包 豆漿		鮮奶土司 桑椹汁		大骨蔬菜 關東煮	玉米	紅豆湯	
		甘草						芹菜、香菜		

11/30 ~12/4	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	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	麵包 南瓜濃湯	麵包	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		
				芹菜		麻油、薑				
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
下午點心 15:10-16:00	南瓜饅頭 大骨蔥花 蛋花湯	高麗菜	小餅乾 玉米濃湯	四神	紅豆饅頭 洛神花茶	洋蔥	十穀米 蓮子 白木耳	小魚干	蔬菜 大骨麵	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
下午點心 15:10-16:00	南瓜饅頭 大骨蔥花 蛋花湯	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
下午點心 15:10-16:00	南瓜饅頭 大骨蔥花 蛋花湯		小餅乾 玉米濃湯	玉米粉	紅豆饅頭 洛神花茶		十穀米 蓮子 白木耳		蔬菜 大骨麵	香菜
										油蔥酥

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115年第一學期餐點表＜第十九週～第二十週＞

12/7 ~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	雞蛋糕 海帶芽蛋 花湯	雞蛋糕	鮮奶土司 蛋花湯	鮮奶土司	蛋捲 豆漿	蛋捲	紅豆土司 豆漿	紅豆土司	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		蛋						韭菜	
		薑		小白菜						蔥酥	
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	麵.肉絲 筍絲 蔥 蒜 紅蘿蔔 高麗菜 黃帝豆 肉骨	豬肉快餐 麻婆豆腐 香菇當歸 排骨湯	白米		
		雞肉絲		鮮肉絲		油豆腐			筍絲	豬肉	
		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 綠豆湯	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	水煎包 洛神茶	水煎包
			綠豆		高麗菜		大骨		肉骨		洛神
					大骨		蛋		洋蔥		
							蔥		高麗菜		

12/14 ~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	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	
		豆干		青豆仁		青江菜		筍絲,香菇		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	
	水果	火龍果	水果	橘 子	水果	木 瓜	水果	棗 子	水果	蘋 果	
	下午點心 15:10-16:00	綠豆 地瓜	綠豆	燒仙草	燒仙草	茶葉蛋 決明子	麥茶	車輪餅 洛神花茶	車輪餅	鮮肉包 山粉圓	鮮肉包
			地瓜				醬油		洛神花		山粉圓
							香料				
							決明子				
					雞蛋						

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115年第一學期餐點表＜第廿一週～第廿二週＞

12/21 ~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	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	行憲		
		肉燥		肉絲		牛奶		豆漿			
		蔥油酥		蔥花							
		韭菜		蛋							
午 餐	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	紀念日休 假		
		地瓜		紅蘿蔔		蚵仔		胚芽米			
		高麗菜		毛豆仁		肉絲		肉絲			
		瓜仔		火腿、蛋		豬腸		蛋			
		雞肉		豆腐		木耳		桂竹筍			
		竹筍		鮮魚		豆芽菜		高麗菜排			
		肉骨		味噌		香菜		排骨			
				四季豆				紅蘿蔔			
	11:20-12:00	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	肉包 桔子茶	肉包	地瓜 綠豆湯	綠豆		
			紅、綠豆		果凍		桔子茶		地瓜		
			薏仁		葡萄						
			黑糯米								
糙米											
小米、花豆											

12/28 ~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	餅乾 米漿	餅乾	水餃 蔬菜湯	水餃	餛飩湯	餛飩	麵包 鮮果汁 牛奶	麵包			
		米漿		蔬菜		大骨		牛奶			
		花生		大骨		小白菜		鮮果			
午 餐	肉燥飯 排骨金 針湯	白米	海鮮鍋燒 意麵	鍋燒意麵	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 菜香菇雞 湯	白米	元旦 休 假		
		肉燥		蛤仔		蝦子		肉絲			蕃茄
		海帶		蝦子		肉絲		花椰菜			雞肉
		炒高麗菜		鮮肉絲		大骨		鳳梨			高麗菜
		排骨		凍豆腐		豆腐		鳳梨醬			鳳梨
		金針		小白菜		味噌		香菇			薑
		蛋		蛋		蔥花		蒜			薑
				玉米				醬油			
	11:20-12:00	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	土司 豆漿	土司	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		蔬菜		紫菜		
					大骨		大骨		芹菜		
肉燥											
韭菜											

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115年第一學期餐點表＜第廿三週～第廿四週＞

1/4 ~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	担仔肉燥 湯麵	麵	餅乾 冬瓜茶	餅乾	葡萄饅頭 蔥花蛋花 湯	葡萄饅頭	三明治 豆漿	土司	餐包 桑椹茶	餐包	
		肉燥, 韭菜		冬瓜塊		大骨		沙拉		桑椹茶	
		豆芽菜				蔥花		蛋			
		蔥酥						豆漿			
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	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		肉燥		南瓜		新鮮蝦仁	
		花枝		肉鬆		小白菜		肉燥		大骨	
		肉絲		鳳梨		四神		豆干		杏包菇	
		香菇, 金針菇		青豆仁, 火腿丁		豬小腸		海帶		香菇	
		排骨		紅蘿蔔		韭菜		豬腳		秀珍菇	
		紅, 白蘿蔔		貢丸		洋蔥		花生		高麗菜	
				大頭菜		紅蘿蔔		當季青菜		小白菜	
	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	鮮肉包 鮮果汁 牛奶 鮮果汁 牛奶	鮮肉包	香菇鮮 肉羹	香菇	水煎包 蛋花湯	水煎包
			蓮藕粉		大骨		鮮果汁		鮮肉絲		大骨
			枸杞		小白菜		牛奶		魚漿		蛋
					韭菜				筍絲		蔥花
					蔥酥				金針菇		
							紅蘿蔔				

1/11 ~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	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
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. 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115年第一學期餐點表＜第廿五週～第廿六週＞

1/18 ~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	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 紅燒燻肉 四神湯	白米. 黑米.	雞肉絲飯 竹筍排骨 湯 炒青菜	白米
		豆菜		肉絲. 蔥		肉絲		小米. 糙米...		雞肉絲
		醬油		炒豆干		香菇		紅燒燻肉		酸菜
		雞肉		紅蘿蔔		紅蘿蔔		白蘿蔔		竹筍
下午點心 15:10-16:00	銀絲捲 蔬菜湯	香菇	紅豆 薏仁湯	韭菜花	芋頭饅頭 決明子茶	高麗菜	綠豆湯 西米露	紅蘿蔔	肉燥湯麵	排骨
		牛蒡		排骨. 蕃茄		洋蔥		海帶. 洋蔥		高麗菜
		青菜		蛤仔		肉骨		四神包		蔥酥
				洋蔥. 雞蛋		玉米		豬小腸		蒜頭
	水果	火龍果	水果	小蕃茄	水果	葡 萄	水果	柳 丁	水果	芭 樂

1/25 ~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	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
下午點心 15:10-16:00	餐包 米漿	火腿肉	菜包 蛋花湯	筍絲	大骨蔬菜 關東煮	五花肉	牛奶土司 豆漿	香菇	香菇鮮 肉羹	魚漿
		排骨		鴨血條		冬瓜		排骨		筍絲
		白蘿蔔		紅蘿蔔		蛤蜊		白蘿蔔		金針菇
		蔥花		金針菇		油豆腐		高麗菜		紅蘿蔔
	水果	橘 子	水果	棗 子	水果	蘋 果	水果	芭 樂	水果	蘋 果

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。