

# 臺北市信義區信義國小附幼108年12月份菜單

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	全穀雜糧類	油脂與堅果種子類	蔬菜類	乳品	水果	豆魚蛋肉	熱量
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐								
12月2日	一	銀絲卷(中)*1+黑芝麻豆漿	白米飯	薑燒肉片	芹香豆干	時蔬	南瓜排骨湯	水果	紅棗銀耳湯	6.8	1.6	1.7	0.0	1.0	2.9	869.8
12月3日	二(特)	高麗菜包*1+鮮奶	客家米苔目	冰糖滷翅腿*2		時蔬	肉羹清湯	水果	鮮蔬雞絲麵	6.1	1.9	2.1	1.0	1.0	2.0	900
12月4日	三	鮮蔬蘿蔔糕	白米飯(有機白米)	麻婆魚丁	紅絲高麗	時蔬	鮮瓜排骨湯		水果餐	6.0	1.7	1.9	0.0	1.5	2.5	821.5
12月5日	四	生日蛋糕+米漿	小米飯	玉米燴雞丁	洋蔥炒蛋	時蔬	薑絲紫菜湯	水果	紅豆麵包*1+鮮奶	6.8	1.6	1.1	1.0	1.0	1.7	888
12月6日	五	補假														
12月9日	一	地瓜包*1+麥茶	白米飯	咖哩豬	日式佃煮	時蔬	玉米大骨湯	水果	綠豆薏仁湯	6.8	1.3	1.3	0.0	1.0	1.7	754.5
12月10日	二(特)	雜糧小饅頭*2+鮮奶	飄香油飯	花枝排*1		時蔬	木耳白菜湯	水果	義式姑姑濃湯	6.1	1.6	1.7	1.1	1.0	1.8	874
12月11日	三	台式炸醬麵	白米飯(有機白米)	蔥燒雞丁	雙色銀芽	時蔬	結頭菜湯		水果餐	6.0	1.7	1.7	0.0	1.5	2.2	794
12月12日	四	茶葉蛋*1+米漿	麥片飯	蒜泥白肉	沙茶凍腐	時蔬	枸杞冬瓜湯	水果	蘇打餅乾*1+鮮奶	6.0	1.6	1.4	1.0	1.0	3.1	944.5
12月13日	五	校外教學(麵包餐盒)														
12月16日	一(蔬)	芋泥包*1+麥茶	小米飯	三色炒蛋	番茄豆腐	時蔬	黃芽木耳湯	水果	燒仙草	6.9	1.2	1.3	0.0	1.0	1.4	734.5
12月17日	二(特)	芝麻包*1+鮮奶	肉醬義大利麵	香滷豬排*1		時蔬	玉米鮮蔬湯	水果	古早味鹹粥	6.5	2.3	1.5	1.0	1.0	2.6	976
12月18日	三	茄汁炒飯	白米飯(有機白米)	樹子魚丁	泰式粉絲	時蔬	薑絲海芽湯		水果餐	6.7	1.6	1.8	0.0	1.5	2.1	833.5
12月19日	四	鮮肉包*1+米漿	糙米飯	冬瓜燜肉	鮮蔬豆薯	時蔬	酸辣清湯	水果	關東煮湯	6.0	1.6	2.3	0.0	1.0	2.0	759.5
12月20日	五	水餃*3	白米飯	麻油雞	茄汁甜條	時蔬	客家鹹湯圓	水果	奶酥餐包*1+鮮奶	6.3	2.5	1.5	1.0	1.0	2.6	971
12月23日	一	原味小鬆餅*1+麥茶	麥片飯	三杯肉片	白菜滷	時蔬	金針花湯	水果	冬至紅豆小湯圓	6.7	1.4	1.8	0.0	1.0	1.6	757
2月24日	二(特)	小籠湯包*2+鮮奶	夏威夷炒飯	鹽酥雞		時蔬	芹香蘿蔔湯	水果	南瓜濃湯	6.0	1.9	1.7	1.0	1.0	1.9	875.5
12月25日	三	客家炒板條	白米飯(有機白米)	普羅旺斯魚丁	綿密蒸蛋	時蔬	羅宋湯		水果餐	6.3	1.7	2.0	0.0	1.5	2.6	852.5
12月26日	四	黑糖捲(中)*1+麥茶	燕麥飯	栗子燒肉	木耳鮮菇	時蔬	肉骨茶湯	水果	鍋燒湯麵	6.6	1.3	1.9	0.0	1.0	1.6	746.75
12月27日	五	香菇燒賣*2+豆漿	胚芽飯	鹽水雞	玉米三色	時蔬	豆薯大骨湯	水果	全麥吐司*1+鮮奶	6.4	1.7	1.8	1.0	1.0	1.8	889.5
12月30日	一	奶皇包*1+麥茶	白米飯	打拋豬肉	蒜香海根	時蔬	青菜蛋花湯	水果	地瓜芋圓湯	6.7	1.9	1.7	0.0	1.0	1.6	777
12月31日	二(特)	白米珍珠丸*2+鮮奶	日式炒烏龍	義式雞排*1		時蔬	海帶豆腐湯	水果	廣東粥	6.4	1.8	1.7	1.0	1.0	2.8	966.5

備註:菜單中板豆腐、油豆腐、黑豆干、五香豆干、豆包、蘭花干、百頁豆腐、素雞、豆腸、玉米均為非基因改造食材。

本校中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司