



2025 年功文 成長 雪泥 幼兒園 12 月營養餐點

日期	星期	營養早餐		美味午餐				湯品/水果		下午點心	
1	一	葡萄吐司	濃豆漿	五彩蛋炒飯/薑佐木耳				白玉大骨湯	水果	油豆腐湯麵	
2	二	絲瓜麵線		彩虹紅蘿飯	肉絲炒櫛瓜	菜脯蛋	青菜	南瓜排骨湯	水果	港式廣東粥	
3	三	五行湯麵		養生糙米飯	梅干扣肉	家常豆腐	青菜	味噌豆腐湯	水果	巧果	冬瓜茶
4	四	南瓜鹹粥		鮮菇肉絲麵/小菜				黃瓜大骨湯	水果	營養毛豆莢	
5	五	原味饅頭	南瓜漿	活力小米飯	茄子雞丁	紅燒馬鈴薯	青菜	冬瓜大骨湯	水果	地瓜西米露	
8	一	紅豆吐司	濃豆漿	麻婆豆腐肉羹飯 / 海帶					水果	肉絲湯麵	
9	二	什錦細粉湯		彩虹薑黃飯	雙色蘿蔔燒肉	紅燒油豆腐	青菜	牛蒡大骨湯	水果	吻仔魚粥	
10	三	豆皮湯麵		養生芝麻飯	筍絲滷肉	紅蘿蔔炒蛋	青菜	金茸鮮菇湯	水果	慶生會	
11	四	古早味鹹粥		白菜肉絲炒烏龍麵 / 小菜				肉羹湯	水果	台式米粉湯	
12	五	黑糖饅頭	芝麻漿	活力綠豆飯	馬鈴薯滷雞絲	香煎杏鮑菇	青菜	青木瓜大骨湯	水果	綠豆薏仁湯	
15	一	起司吐司	濃豆漿	錦繡蛋炒飯/滷油豆腐				絲瓜排骨湯	水果	台南擔仔麵	
16	二	蕃茄河粉湯		彩虹紅蘿飯	高升排骨	涼拌豆干	青菜	金針排骨湯	水果	皮蛋瘦肉粥	
17	三	百菇細麵		養生紅藜飯	紅燒獅子頭	芙蓉蒸蛋	青菜	紫菜豆腐湯	水果	蔥餅	桂圓茶
18	四	香菇肉末粥		高麗菜肉絲炒米粉 / 滷蛋				玉米排骨湯	水果	蘿蔔糕湯	
19	五	五穀饅頭	地瓜漿	活力地瓜飯	南瓜蒸雞肉	蕃茄炒蛋	青菜	田園羅宋湯	水果	小米桂圓粥	
22	一	芋頭吐司	濃豆漿	超人氣甜味咖哩飯				瓠瓜大骨湯	水果	鄉村野菇細麵	
23	二	青蔬雞絲麵		彩虹薑黃飯	瓜仔肉	蔬菜烘蛋	青菜	榨菜肉絲湯	水果	芹菜香芋粥	
24	三	陽春麵		養生薏仁飯	榨菜肉絲	麻婆豆腐	青菜	蕃茄蛋花湯	水果	咕咕棒	麥茶
25	四	行憲紀念日									
26	五	黑糖饅頭	薏仁漿	活力紅豆飯	鹹酥雞	滷冬瓜	青菜	蘿蔔排骨湯	水果	紅豆燕麥粥	
29	一	葡萄吐司	濃豆漿	夏威夷蛋炒飯 / 小菜				紫菜蛋花湯	水果	土豆湯麵	
30	二	南瓜麵		彩虹紅蘿飯	洋蔥肉絲	絲瓜炒蛋	青菜	香菇大骨湯	水果	玉米雞茸粥	
31	三	肉燥湯麵		養生芝麻飯	馬鈴薯燉肉	酥炸地瓜	青菜	冬瓜排骨湯	水果	海苔餅	紅棗茶

◎餐點內容配合時令季節設計，如遇特殊狀況將會適時彈性微調。

◎本園一律使用國產豬食材並提供優良廠商供應證明；本園黃豆製品均採用非基因改造食材。

◎慶生會為當月壽星準備【小雞腿】一份，其他幼生【有機養生蛋】一顆。

◎本園提供之甜湯及飲品，皆以無糖或微糖為熬煮調製原則，漿類則為自製飲品。

◎飯類：彩虹飯(薑黃粉、紅蘿蔔汁、紫高麗菜汁、菠/時蔬汁等)、活力飯(黃豆、小米、綠豆、紅豆、地瓜、南瓜…等)、養生飯(糙米、黑芝麻、燕麥、紅藜、紫米、薏仁等)。

◎時令時蔬：高麗菜、茼蒿、紅蘿蔔、冬瓜、地瓜葉、芥蘭、白菜、茄子…等。

◎時令水果：香蕉、蘋果、葡萄、芭樂、火龍果、楊桃、木瓜…等。