

# 屏東幼兒園 114 學期第 1 學期餐點食物內容及營養基準及食譜

## 幼兒園餐點食物內容及營養建議量

### (一) 營養建議量

	2-3 歲	4-6 歲
熱量(大卡)	550	700
熱量的基準：以男女 DRIs 稍低 ~ 適度熱量平均值乘上 4/9		
蛋白質(公克)	21	26
蛋白質的基準：以幼兒期營養之飲食建議量推算，約占總熱量之 16%		
脂肪(公克)	18	23
脂肪的基準：占熱量平均值 $\leq$ 30%		
醣類(公克)	77	96
醣類的基準：占熱量平均值 55-60%		
鈣(毫克)	220	270
鈣的基準：以男女 DRIs 建議量之 4/9		
鈉(毫克)	550	700
鈉的基準：以一卡熱量一毫克計算		

註 1:幼兒園餐點之營養建議量是依據幼兒一天於幼兒園食用之餐次而定，故上述營養建議量包含早點、午餐及午點。

註 2:熱量計算依據為將一天分為三時段，每時段占每日熱量之 1/3，而點心熱量應為正餐的 1/2，故幼兒園供應的早點、午餐及午點共占每日熱量之 4/9。

### (二) 食物份量及內容

食物類別	2-3 歲	4-6 歲	食物內容說明
全穀雜糧類	3.5 份 *2.5 份 **1 份	5 份 *3 份 **2 份	未精製 1/3 以上 (包括糙米、全大麥片、全燕麥片、糙薏仁、紅豆、綠豆、芋頭、地瓜、玉米、馬鈴薯、南瓜、山藥等)
豆魚蛋肉類	1.5 份	1.5 份	豆製品包括毛豆、黃豆、黑豆或其製品  如豆干、干絲、非油炸豆皮、豆腐等，  每週供應 1 份以上

	*1 份 **0.5 份	*1 份 **0.5 份	魚類(包括各式海鮮)·每週供應至少 1/2 份  豆魚蛋肉類半成品如各式丸類、蝦捲、香腸  火腿、熱狗、培根、臘肉、鹹豬肉、重組雞  塊、麵筋泡、炸豆皮、仿肉製品等，  每週供應不超過 2 份
乳品類	0.5 份 **0.5 份	0.5 份 **0.5 份	供應鮮奶、原味優酪乳、保久乳、奶粉沖泡， 可兩天供應 1 份。 不含調味乳、調味優酪乳與稀釋乳酸飲料
蔬菜類	1 份 *0.5 份 **0.5 份	1.5 份 *1.5 份 **0.5 份	深色蔬菜必須超過 1/3
水果類	1 份 **1 份	1 份 **1 份	以供應新鮮水果原則，減少供應 100%果汁
油脂與堅果種子類	1.5 份 *1 份 **0.5 份	2 份 *1.5 份 **0.5 份	

註 1：依據為國人膳食營養素參考攝取量第八版（109 年）及幼兒期營養之幼兒一日飲食建議量。

註 2：提供符合幼兒園餐點營養基準的食物份量 \* = 午餐(份)\*\* = 早點及午點(份)

## 餐點表 1

日期	星期	時間	餐 點
	一	早 餐	南瓜饅頭/豆漿
		中 餐	什錦海鮮炒麵/蒜香青花菜/大黃瓜玉米湯/時令水果
		點 心	紅豆湯
食 材	南瓜.麵粉.黃豆 白菜.旗魚.透抽.豬肉絲.紅蘿蔔.麵條.花椰菜時令水果 紅豆.糖		
日期	星期	時間	餐 點

	二	早 餐	奶酥吐司/豆漿
		中 餐	地瓜飯/蘿蔔滷雞肉/白菜粉絲煲/季節時蔬/排骨玉米湯/時令水果
		點 心	冬瓜愛玉甜湯
食 材	鮮奶.鮮奶油.牛奶.麵粉.雞蛋.糖.奶酥.黃豆. 地瓜.白蘿蔔.雞肉.白菜.粉絲.豬絞肉.玉米.排骨.時令水果 冬瓜塊.愛玉		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	三	早 餐	紅豆吐司/豆漿
		中 餐	糙米飯/彩椒豬肉片/醬燒豆包/季節時蔬/冬瓜魚丸片湯/時令水果
		點 心	仙草甜湯
食 材	紅豆.麵粉.雞蛋.黃豆 糙米.甜椒.豬肉片.蔥.豆包.冬瓜.魚丸.時令水果.季節時蔬 仙草.糖		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	四	早 餐	波羅麵包/鮮奶
		中 餐	什錦炒飯/綠花椰菜 /海帶芽雞蛋湯/時令水果
		點 心	蒸甜玉米
食 材	麵粉.雞蛋.奶油.鮮奶 高麗菜.芹菜.豬肉.魚丸片.雞蛋.綠花椰菜.海帶芽.時令水果 甜玉米		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	五	早 餐	蛋餅/豆漿
		中 餐	肉羹燴飯/時令水果
		點 心	造型餅乾
食 材	麵粉.雞蛋.蔥.黃豆.糖 豬肉.筍絲.高麗菜 麵粉.糖		

## 餐點表 2

日期	星期	時間	餐 點
	一	早 餐	三角紅豆饅頭/豆漿
		中 餐	日式烏龍拉麵/時令水果
		點 心	薏仁湯
食 材	麵粉.黑糖.紅豆.黃豆 魚板.豬肉.透抽.蝦仁.烏龍麵.時令水果 薏仁.糖		
日期	星期	時間	餐 點
	二	早 餐	羅宋麵包/豆漿
		中 餐	五穀飯/醬燒旗魚/豆薯炒蛋/季節時蔬/菱角排骨湯/ 時令水果
		點 心	銀耳桂圓湯
食 材	麵粉.鮮奶油.鮮奶.麵粉.黃豆 五穀米.旗魚.豆薯.雞蛋.菱角.排骨.時令水果.季節時蔬 銀耳.桂圓.糖		
日期	星期	時間	餐 點
	三	早 餐	芋頭吐司/豆漿
		中 餐	南瓜飯/麵輪海帶滷肉/甜豆炒鮮菇/季節時蔬/山藥 排骨湯/時令水果
		點 心	手工豆花
食 材	芋頭.雞蛋.麵粉.鮮奶.黃豆 南瓜.麵輪.海帶.豬肉.甜豆.鮮菇.山藥.排骨.時令水果.季節時蔬 黃豆.砂糖		
日期	星期	時間	餐 點
	四	早 餐	椰子麵包/豆漿
		中 餐	白飯/杏菇燉雞肉/魷魚芹菜炒豆干/季節時蔬/海芽 湯/時令水果

		點 心	地瓜湯
食 材	椰子粉.鮮奶油.麵粉.湯.黃豆 杏包菇.豬肉.魷魚.芹菜.豆干.海帶芽.時令水果.季節時蔬 地瓜.糖		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	五	早 餐	蘿蔔糕/豆漿
		中 餐	什錦飯湯/大香腸/時令水果
		點 心	紫蘇蘇打餅
食 材	蘿蔔.糯米.黃豆.糖 高麗菜.旗魚.豬肉.魚丸片.大香腸.時令水果 紫蘇.麵粉		

### 餐點表 3

日 期	星 期	時 間	餐 點
	一	早 餐	蔥油餅/豆漿
		中 餐	海鮮炒麵疙瘩/青菜豆腐湯/時令水果
		點 心	小米粥
食 材	麵粉.蔥.黃豆 旗魚.透抽.豬肉.魚丸片.芹菜.高麗菜.麵疙瘩.時令水果.白菜.豆腐 小米		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	二	早 餐	鮮奶吐司/豆漿
		中 餐	燕麥飯/洋蔥雞丁/肉末四季豆/季節時蔬/金針雞肉湯/時令水果
		點 心	水煮蛋/決明子
食 材	鮮奶.麵粉.雞蛋.鮮奶油 燕麥飯.洋蔥.雞胸肉.豬碎肉.四季豆.時令水果.金針花.排骨.季節時蔬 雞蛋.決明子		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	三	早 餐	虎皮蛋糕/豆漿

		<b>中 餐</b>	糙米飯/京都燉肉/芹菜三絲/季節時蔬/海節豆腐湯/ 時令水果
		<b>點 心</b>	綠豆湯
<b>食 材</b>	麵粉.雞蛋.奶油 糙米.五花肉.芹菜.豆干絲.黑木耳.海帶節.豆腐.時令水果.季節時蔬 綠豆.糖		
<b>日 期</b>	<b>星 期</b>	<b>時 間</b>	<b>餐 點</b>
	<b>四</b>	<b>早 餐</b>	肉鬆麵包/豆漿
		<b>中 餐</b>	鮭魚炒飯/德國香腸/蘿蔔排骨湯/時令水果
		<b>點 心</b>	南瓜甜湯
<b>食 材</b>	肉鬆.麵粉.鮮奶油.鮮牛奶 白飯.香鬆.蔥.雞蛋.蘿蔔.排骨 南瓜.砂糖		
<b>日 期</b>	<b>星 期</b>	<b>時 間</b>	<b>餐 點</b>
	<b>五</b>	<b>早 餐</b>	香鬆粥/蔥花蛋
		<b>中 餐</b>	家常米苔目湯/時令水果
		<b>點 心</b>	捲心餅
<b>食 材</b>	白飯.香鬆.雞蛋 肉絲.洋蔥絲.米苔目.雞蛋.玉米筍.蝦子		

## 餐點表 4

<b>日 期</b>	<b>星 期</b>	<b>時 間</b>	<b>餐 點</b>
	<b>一</b>	<b>早 餐</b>	鍋貼/豆漿
		<b>中 餐</b>	炸醬麵/雙拼花椰菜/冬瓜文蛤湯/時令水果
		<b>點 心</b>	紅豆薏仁湯
<b>食 材</b>	麵粉.豬肉.蔥.黃豆 麵條.豬絞肉.豆干.小黃瓜.黃華爺.綠花椰.冬瓜.文蛤.時令水果 紅豆.薏仁		
<b>日 期</b>	<b>星 期</b>	<b>時 間</b>	<b>餐 點</b>

	二	早 餐	黑芝麻吐司/豆漿
		中 餐	地瓜飯/紅燒棒棒腿/三色煎蛋/季節時蔬/香菇鳳梨雞湯/時令水果
		點 心	玉米濃湯
食 材	黑芝麻.麵粉.奶油.鮮奶.黃豆 白米.地瓜.棒棒腿.雞蛋.紅蘿蔔.青豆.香菇.鳳梨.雞肉.時令水果.季節時蔬 玉米.紅蘿蔔.雞蛋.濃湯粉		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	三	早 餐	鹹蛋糕捲/鮮奶
		中 餐	五穀飯/鮮菇木耳炒肉絲/麻婆豆腐/季節時蔬/蘿蔔玉米湯/時令水果
		點 心	蒸地瓜
食 材	麵粉.鮮奶.奶油 五穀米.金針菇.杏包菇.袖珍菇.黑木耳.豬肉絲.豬絞肉.豆腐.白蘿蔔.紅蘿蔔.玉米.時令水果.季節時蔬 地瓜.砂糖		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	四	早 餐	奶酥麵包/豆漿
		中 餐	培根蛋炒飯/海節排骨湯/時令水果
		點 心	糯米粥
食 材	奶酥.麵粉.奶油.黃豆 白飯.培根.蔥.雞蛋.海帶節.排骨.時令水果 薏仁.砂糖		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	五	早 餐	黑糖饅頭/豆漿
		中 餐	什錦鍋燒麵/時令水果
		點 心	小煎餅
食 材	黑糖.麵粉.砂糖.黃豆 鍋燒麵.雞蛋.大白菜.豬肉片		

## 餐點表 5

日期	星期	時間	餐 點
	一	早 餐	芋頭饅頭/豆漿
		中 餐	什錦炒河粉/薑絲冬瓜排骨湯/滷蛋/時令水果
		點 心	芋頭甜湯
食材	麵粉.雞蛋.糯米.黃豆 草蝦.豬肉絲.銀芽.紅蘿蔔.洋蔥.韭菜.蒜仁.乾香菇.魚板.河粉.雞蛋.時令水果 芋頭.砂糖		
日期	星期	時間	餐 點
	二	早 餐	蛋糕捲/豆漿
		中 餐	五穀飯/杏鮑菇蘿蔔燉肉/洋菇炒甜豆/季節時蔬/蓮藕排骨湯/時令水果
		點 心	肉羹湯
食材	雞蛋.麵粉.奶油.鮮奶.黃豆 五穀飯.杏包菇.白蘿蔔.紅蘿蔔.豬肉.蘑菇.甜豆.蓮藕.排骨.時令水果.季節時蔬 豬肉.筍絲.豆腐.雞蛋.		
日期	星期	時間	餐 點
	三	早 餐	肉鬆吐司/豆漿
		中 餐	白飯/香菇肉燥/滷蛋/魚鬆/玉筍鮮菇湯/時令水果
		點 心	米苔目綠豆甜湯
食材	草莓醬.麵粉.雞蛋.奶油.黃豆 白米.香菇.豬絞肉.雞蛋.魚鬆.玉米筍.袖珍菇 .時令水果 米苔目.綠豆.砂糖		
日期	星期	時間	餐 點
	四	早 餐	全麥吐司/鮮奶
		中 餐	夏威夷炒飯/冬菜蘿蔔魚丸片湯/時令水果
		點 心	紅豆薏仁湯

食 材	麵粉.鮮奶		
	白飯.鳳梨.煙燻香腸.洋蔥.蔥.蝦仁.蛋.蒜頭.冬菜.白蘿蔔.紅蘿蔔.魚丸片.時令水果 紅豆.薏仁.砂糖		
日期	星期	時 間	餐 點
	五	早 餐	葡萄乾饅頭/豆漿
		中 餐	海鮮湯麵/時令水果
		點 心	沙其馬
食 材	葡萄乾.麵粉.黃豆 蝦仁.蛤蜊.鮮香菇.高麗菜.豬肉		

## 餐點表 6

日期	星期	時 間	餐 點
	一	早 餐	煎包/豆漿
		中 餐	玉米翡翠蛋炒飯/薑絲冬瓜排骨湯/時令水果
		點 心	薏仁愛玉甜湯
食 材	在來米粉.玉米粉.白蘿蔔.乾香菇.蝦米.黃豆 白飯.青江菜.雞蛋.蝦仁.冬瓜.薑絲.排骨.時令水果 薏仁.愛玉.砂糖		
日期	星期	時 間	餐 點
	二	早 餐	紅豆吐司/豆漿
		中 餐	紅藜飯/蒜泥白肉片/番茄炒蛋/季節時蔬/吻仔魚莧菜 湯/時令水果
		點 心	手工豆花
食 材	紅豆.麵粉.奶油.鮮奶 豬肉.蒜.番茄.雞蛋.吻仔魚.莧菜.時令水果.季節時蔬 黃豆.砂糖		
日期	星期	時 間	餐 點

	三	早 餐	鮮奶麵包/鮮奶
		中 餐	豬肉高麗菜.豬肉韭菜.豬肉玉米水餃/香菇雞湯/時令水果
		點 心	什錦蘿蔔糕湯
食 材	鮮奶.奶油.麵粉 豬肉.高麗菜.玉米.韭菜.水餃皮.香菇.雞肉.時令水果 青江菜.豆芽菜.蘑菇.黑木耳絲.豬絞肉.蘿蔔糕		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	四	早 餐	紅豆吐司/豆漿
		中 餐	糙米飯/蒜香旗魚/木耳蘑菇炒四季豆/季節時蔬/大黃瓜排骨湯.時令水果
		點 心	愛玉仙草雙拼
食 材	紅豆.奶油.鮮奶.麵粉.黃豆 糙米.白米.蒜.旗魚.黑木耳.蘑菇.四季豆.大黃瓜.排骨.季節時蔬.時令水果 愛玉.仙草.砂糖		
日 期	星 期	時 間	餐 點
	五	早 餐	三角黑糖饅頭/豆漿
		中 餐	古早味海鮮湯麵/大香腸 /時令水果
		點 心	牛奶營養餅乾
食 材	黑糖.麵粉.黃豆 透抽.蝦仁.文蛤.豬肉絲.高麗菜.魚丸片.意麵.白蘿蔔.紅蘿蔔.大香腸.時令水果		

## 餐點表 7

日 期	星 期	時 間	餐 點
	一	早 餐	雞茸玉米粥/魚鬆
		中 餐	麵線糊/滷蛋/時令水果
		點 心	仙草愛玉甜湯

<b>食材</b>	雞胸肉.玉米.白飯.魚鬆 麵線.蚵仔.香菜.滷蛋.時令水果 仙草.愛玉.砂糖		
<b>日期</b>	<b>星期</b>	<b>時間</b>	<b>餐 點</b>
	二	早 餐	鹹可頌麵包/豆漿
		中 餐	白飯/香烤鮮旗/炒肉片豆皮菇菇/季節時蔬/豆腐味噌湯/時令水果
		點 心	紫米甜湯
<b>食材</b>	麵粉.奶油.鮮奶 白米.旗魚.豬肉片.豆皮.杏包菇.豆腐.味噌.豆支.季節時蔬.時令水果 紫米.糖		
<b>日期</b>	<b>星期</b>	<b>時間</b>	<b>餐 點</b>
	三	早 餐	鮮奶吐司/豆漿
		中 餐	番茄義大利麵/玉米濃湯/時令水果
		點 心	蒸甜玉米
<b>食材</b>	雞蛋.奶油.鮮奶.麵粉 番茄.蘑菇.洋蔥.義大利麵.玉米.濃湯粉.雞蛋.時令水果 甜玉米		
<b>日期</b>	<b>星期</b>	<b>時間</b>	<b>餐 點</b>
	四	早 餐	虎皮蛋糕/豆漿
		中 餐	五穀飯/蒜炒菇菇雞腿肉/蔥花肉末豆腐/季節時蔬/黃瓜排骨湯.時令水果
		點 心	糯米綠豆甜湯
<b>食材</b>	芋頭.麵粉.雞蛋.奶油.鮮奶.黃豆 五穀米.金針菇.杏包菇.雞腿肉.蔥.豬絞肉.豆腐.白蘿蔔.紅蘿蔔.黃瓜.排骨.時令水果 糯米.綠豆.砂糖		
<b>日期</b>	<b>星期</b>	<b>時間</b>	<b>餐 點</b>
	五	早 餐	蔥花饅頭/豆漿
		中 餐	肉絲蛋炒飯/什錦番茄湯/時令水果
		點 心	旺旺小饅頭

食材	蔥.麵粉.黃豆
	雞肉絲.雞蛋.白飯.高麗菜.番茄.魚丸片.時令水果

## 餐點表 8

日期	星期	時間	餐 點
	一	早 餐	菜包/豆漿
		中 餐	南瓜炒米粉/德國香腸/胡瓜鮮菇湯/時令水果
		點 心	冬瓜仙草
食材	南瓜.麵粉.黃豆 南瓜.豬肉絲.魚丸片.米粉.德國香腸.胡瓜.袖珍菇.時令水果 冬瓜.仙草.砂糖		
日期	星期	時間	餐 點
	二	早 餐	芋頭麵包/豆漿
		中 餐	糙米飯/梅干扣肉/蒜香青花菜/季節時蔬/大黃瓜魚丸片湯/時令水果
		點 心	地瓜湯
食材	芋頭.雞蛋.麵粉.奶油.鮮奶.黃豆 糙米.梅干菜.豬肉.蒜.綠色花椰菜.大黃瓜.魚丸片.季節時蔬.時令水果 地瓜		
日期	星期	時間	餐 點
	三	早 餐	鹹蛋糕/豆漿
		中 餐	白飯/海鮮雞肉燴飯/時令水果
		點 心	銀耳蓮子龍眼湯
食材	蛋黃胡.優質牛奶.無鹽奶油.麵粉全蛋.砂糖.蔥花.肉鬆 白米.豬肉.透抽.旗魚.蝦仁.時令水果 銀耳.蓮子.龍眼.砂糖		
日期	星期	時間	餐 點
	四	早 餐	奶酥吐司/鮮奶

		<b>中 餐</b>	五穀飯/紅燒魚片/炒毛豆肉絲/季節時蔬/金針菇肉絲湯 /時令水果
		<b>點 心</b>	小米粥
<b>食 材</b>	奶酥粉.鮮奶.麵粉.奶油.雞蛋.鮮奶 五穀米.旗魚.毛豆.豬肉絲.金針菇.季節時蔬.時令水果 小米		
<b>日 期</b>	<b>星 期</b>	<b>時 間</b>	<b>餐 點</b>
	五	<b>早 餐</b>	蛋餅/豆漿
		<b>中 餐</b>	蝦仁肉絲蛋炒飯/薑絲豆腐蚵仔湯/時令水果
		<b>點 心</b>	玉米捲
<b>食 材</b>	蔥.麵粉.黃豆 白飯.蝦仁.雞蛋.紅蘿蔔.玉米.薑絲.蚵子.時令水果		

## 餐點表 9

<b>日 期</b>	<b>星 期</b>	<b>時 間</b>	<b>餐 點</b>
	一	<b>早 餐</b>	南瓜饅頭/豆漿
		<b>中 餐</b>	什錦板條湯/時令水果
		<b>點 心</b>	地瓜綠豆湯
<b>食 材</b>	黑糖.葡萄乾.麵粉.黃豆. 草蝦.中卷.豬肉絲.紅蘿蔔.銀芽.韭菜.洋蔥.蒜仁.乾香菇.客家板條.太白粉.雞高湯.時令水果. 地瓜.綠豆.砂糖		
<b>日 期</b>	<b>星 期</b>	<b>時 間</b>	<b>餐 點</b>
	二	<b>早 餐</b>	肉鬆吐司/豆漿
		<b>中 餐</b>	白飯/南瓜燒肉/蔥花蛋/季節時蔬/玉筍鮮菇湯/時令水 果
		<b>點 心</b>	茶葉蛋
<b>食 材</b>	肉鬆.麵粉.奶油.鮮奶.黃豆 白米.南瓜.豬肉.蔥.雞蛋.玉米筍.袖珍菇.時令水果 雞蛋		

日期	星期	時間	餐 點
	三	早 餐	椰子麵包/豆漿
		中 餐	黃金翡翠炒飯/滷蛋/大黃瓜排骨湯/時令水果
		點 心	玉米濃湯
食 材	椰子.鮮奶.麵粉.雞蛋.奶油.黃豆 雞蛋.蔥.紅蘿蔔.青豆.豬肉.滷蛋.大黃瓜.排骨.時令水果 玉米.濃湯粉.雞蛋		
日期	星期	時間	餐 點
	四	早 餐	羅宋麵包/鮮奶
		中 餐	五穀飯/彩椒洋蔥炒肉絲/三杯麵腸/季節時蔬/菱角龍骨湯/時令水果
		點 心	薏仁大豆甜湯
食 材	麵粉.奶油.鮮奶. 五穀米.白米.彩椒.洋蔥.豬肉絲.麵腸.菱角.豬龍骨.季節時蔬.時令水果 薏仁.大花豆		
日期	星期	時間	餐 點
	五	早 餐	蘿蔔糕/豆漿
		中 餐	海鮮什錦飯湯/時令水果
		點 心	夾心餅
食 材	雞蛋.蘿蔔糕.黃豆 油麵.鮮蚶.魷魚.透抽.虱目魚丸.香菇.玉米筍.洋蔥.紅蘿蔔.小白菜.豬肉絲		

## 餐點表 10

日期	星期	時間	餐 點
	一	早 餐	蔥花饅頭/豆漿
		中 餐	什錦肉絲海鮮湯麵/時令水果
		點 心	紫米甜粥

食材	蔥花.麵粉.黃豆 高麗菜.肉絲.紅蘿蔔.透抽.魚丸片.白麵.時令水果 紫米.砂糖		
日期	星期	時間	餐 點
	二	早 餐	芋頭吐司/豆漿
		中 餐	白飯/棒棒腿/玉米紅蘿蔔炒蛋/季節時蔬/吻仔魚莧菜湯 /時令水果
		點 心	手工豆花
食材	芋頭.麵粉.鮮奶.奶油.雞蛋.黃豆 白米.棒棒腿.玉米.紅蘿蔔.雞蛋.吻仔魚.莧菜.時令水果 黃豆		
日期	星期	時間	餐 點
	三	早 餐	全麥吐司/鮮奶
		中 餐	白飯/什錦肉羹湯/時令水果
		點 心	什錦甜粥
食材	鮮奶.麵粉.奶油.雞蛋. 白米.高麗菜.肉羹.柴魚.蘿蔔.時令水果 大豆.花豆.綠豆.糯米.砂糖		
日期	星期	時間	餐 點
	四	早 餐	波羅麵包/豆漿
		中 餐	糙米飯/冬瓜滷肉/蒜炒肉絲嫩竹筍/季節時蔬/大黃瓜玉 米湯/時令水果
		點 心	冬瓜愛玉
食材	麵粉.奶油.黃豆 糙米.白米.冬瓜.豬肉.蒜.豬肉絲.嫩竹筍.大黃瓜.玉米.季節時蔬.時令水果 冬瓜.愛玉		
日期	星期	時間	餐 點
	五	早 餐	菜包/豆漿
		中 餐	豚骨風海鮮板條/時令水果

		點心	小煎餅
食材	高麗菜.香菇.蔥.麵粉.黃豆 板條.蔥.海鮮.豬肉.嫩竹筍.高麗菜		

1. 餐點表為循環菜單。
2. 餐點表內容有時會因蔬菜時令及節慶可能做更改菜單。
3. 每日食材皆當日烹煮與採購，確保幼兒食用上之安全性。
4. 園內一慮使用國產豬肉及食材。