



新北市立新泰國民中學附設幼兒園
115學年度第一學期循環餐點表

設計者：歐映珊老師

週次	日期	星期	早點	午餐					午點	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂與堅果種子類	水果類	乳品類	熱量(大卡)
				主食	主菜	副菜一	副菜二	湯								
1	08/31-09/04	一	蜂蜜玉米脆片、鮮奶	蝦仁蛋炒飯、當季時蔬、味噌豆腐湯					時令水果	仙草蜜	5.2	1.5	1.0	1.3	1.0	772
		二	貢丸麵	蕃茄義大利麵、當季時蔬、黃豆芽排骨湯					時令水果	燒賣	5.4	1.9	1.3	1.5	1.0	681
		三	黑糖小饅頭、豆漿	水餃、當季時蔬、紫菜蛋花湯					時令水果	豆花	5.1	2.0	1.5	1.3	1.0	663
		四	鮮蔬雞蛋粥	夏威夷炒飯、當季時蔬、肉骨茶					時令水果	玉米濃湯	5.2	1.8	1.1	1.5	1.0	654
		五	蛋花雞絲麵	咖哩炒麵、當季時蔬、冬瓜排骨湯					時令水果	麵包、鮮奶	5.5	2.0	1.1	1.3	1.0	681
2	09/07-09/11	一	喜瑞爾五彩球、鮮奶	家常炒麵、當季時蔬、羅宋湯					時令水果	綠豆薏仁湯	5.7	2.0	1.3	1.3	1.0	850
		二	鍋燒麵	咖哩雞肉燴飯、當季時蔬、蕃茄鮮菇湯					時令水果	愛玉	5.3	2.0	1.5	1.5	1.0	686
		三	雞蛋小饅頭、豆漿	海鮮炒飯、當季時蔬、芹菜貢丸湯					時令水果	紅豆甜湯	5.7	1.9	1.1	1.3	1.0	688
		四	小魚鮮肉粥	肉絲蛋炒飯、當季時蔬、味噌魚片湯					時令水果	魚丸麵	5.3	2.0	1.1	1.5	1.0	676
		五	小兔包、豆漿	香菇肉燥飯、當季時蔬、冬瓜香菇湯					時令水果	布丁	5.4	2.0	1.1	1.3	1.0	674

補充事項：

1. 每日均備有蔬菜、水果，均衡幼兒營養之攝取。
 2. 若您家寶貝有過敏現象，不能吃的餐點請事先告訴導師；以避免孩子因攝取而導致過敏。
 3. 本餐點表將視時令季節或當週園所活動情形略作調整，恕不另行公告；依行事曆之國定假日不提供餐點。
- 本園餐點採用國產豬肉品、未使用主管機關公告之不合格油品。





新北市立新泰國民中學附設幼兒園
115學年度第一學期循環餐點表

設計者：歐映珊老師

週次	日期	星期	早點	午					午點(份數)	全穀根雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂與堅果種子類	水果類	乳品類	熱量(大卡)		
				主食	主菜	副菜一	副菜二	湯									水果	
3 11 19	09/14-09/18 11/09-11/13 01/04-01/08	一	蜂蜜玉米脆片、鮮奶	胚芽米飯	麻油肉片	糖醋甜不辣	當季時蔬	金針排骨湯	時令水果	天婦羅	5.1	1.8	1.5	1.8	1	1	821	
		二	魚片粥	地瓜飯	素什錦	紅蘿蔔炒蛋	當季時蔬	味噌豆腐湯	時令水果	仙草蜜/燒仙草	5.2	1.9	1.4	1.5	1	0	669	
		三	小鴨包、豆漿	蕃茄義大利麵、當季時蔬、牛蒡雞湯						時令水果	皮蛋瘦肉粥	5.4	2	1.5	1.3	1	0	684
		四	蛋花湯餃	糙米飯	香滷雞腿	客家小炒	當季時蔬	芹菜吻仔魚丸湯	時令水果	燒賣	5.2	2.2	1.2	2	1	0	709	
		五	酸辣麵	香菇油飯、當季時蔬、羅宋湯						時令水果	麵包、鮮奶	5.2	1.5	1.5	1.3	1	0	633
4 12 20	09/21-09/25 11/16-11/20 01/11-01/15	一	麵包、鮮奶	胚芽米飯	蔥爆雞丁	大黃瓜炒貢丸	當季時蔬	海帶芽蛋花湯	時令水果	雞蛋瘦肉粥	5.4	1.8	1.3	1.5	1	1	823	
		二	麵疙瘩	地瓜飯	紅燒鯛魚	肉絲炒脆筍	當季時蔬	香菇雞湯	時令水果	水煎包	5.5	2.3	1.1	1.5	1	0	713	
		三	銀絲卷、鮮奶	咖哩炒麵、當季時蔬、藥燉排骨湯						時令水果	油豆腐細粉	5.4	1.7	1.3	1.3	1	1	807
		四	海鮮粥	糙米飯	馬鈴薯燉肉	日式蒸蛋	當季時蔬	冬瓜香菇湯	時令水果	紅豆粥	5.5	2.5	1.6	1.3	1	0	731	
		五	蛋餅、豆漿	香菇滑雞燴飯、當季時蔬、蘿蔔排骨湯						時令水果	餅乾	5	2	1.6	1.2	1	0	654
5 13 21	09/28-10/02 11/23-11/27 01/18-01/20	一	草莓脆片、鮮奶	胚芽米飯	什錦炒雞肉	蝦仁炒蛋	當季時蔬	黃豆芽排骨湯	時令水果	玉米濃湯	5.1	2.3	1.5	1.5	1	1	845	
		二	什錦麵	地瓜飯	茄汁里肌	玉米炒肉末	當季時蔬	肉骨茶	時令水果	綠豆薏仁湯	5.2	2.3	1.6	1.5	1	0	704	
		三	雞蛋小饅頭、豆漿	海鮮炒麵、當季時蔬、筍片雞湯						時令水果	小魚鮮肉粥	5.4	1.7	1.5	1.3	1	0	662
		四	鮮肉粥	糙米飯	筍絲控肉	滷白菜	當季時蔬	味噌貢丸蛋花湯	時令水果	雞蛋糕	5.5	2	1.3	1.5	1	0	695	
		五	蔬菜拉麵	咖哩雞肉燴飯、當季時蔬、大黃瓜鱈魚丸湯						時令水果	麵包、豆漿	5.2	1.7	1.8	1.2	1	0	651
6 14	10/05-10/09 11/30-12/04	一	三明治、鮮奶	胚芽米飯	蠔油雞丁	蛋香絲瓜	當季時蔬	冬瓜排骨湯	時令水果	味噌拉麵	5.4	2	1.6	1.5	1	1	846	
		二	當歸雞肉麵	地瓜飯	樹子蒸魚	紅燒豆腐	當季時蔬	蕃茄排骨湯	時令水果	豬肉餡餅	5.2	2.5	1.5	1.5	1	0	717	
		三	叉燒包、豆漿	日式烏龍炒麵、當季時蔬、百菇雞湯						時令水果	鍋貼	5.1	1.7	1.7	1.2	1	0	641
		四	海鮮麵	糙米飯	元寶肉	小魚蒸蛋	當季時蔬	肉羹湯	時令水果	珍珠丸	5.2	2.4	1.6	1.3	1	0	703	
		五	蘿蔔糕	蝦仁蛋炒飯、當季時蔬、山藥排骨湯						時令水果	小蛋糕、豆漿	5	1.6	1.7	1.2	1	0	627

補充事項：

1. 每日均備有蔬菜、水果，均衡幼兒營養之攝取。
2. 若您家寶貝有過敏現象，不能吃的餐點請事先告訴導師；以避免孩子因攝取而導致過敏。
3. 本餐點表將視時令季節或當週園所活動情形略作調整，恕不另行公告；依行事曆之國定假日不提供餐點。
4. 本園餐點採用國產豬肉品、未使用主管機關公告之不合格油品。





新北市立新泰國民中學附設幼兒園

115學年度第一學期循環餐點表

設計者：歐映珊老師

週次	日期	星期	早點	午				餐		午點(份數)	全穀根糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂與堅果種子類	水果類	乳品類	熱量(大卡)	
				主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果									
7 15	10/12-10/16 12/07-12/11	一	桂格穀添樂、鮮奶	胚芽米飯	三杯雞	菇菇燴黃瓜	當季時蔬	蘿蔔排骨湯	時令水果	豆花	5.1	2.0	1.5	1.3	1.0	1.0	813	
		二	南瓜粥	地瓜飯	毛豆炒豆干	糖醋豆包	當季時蔬	蕃茄蛋花湯	時令水果	碗粿	5.2	3.0	1.3	1.3	1.0	0.0	740	
		三	黑糖饅頭、豆漿	菇菇雞肉義大利麵、當季時蔬、四神湯						時令水果	關東煮	5.4	2.0	1.2	1.3	1.0	0.0	677
		四	米苔目湯	糙米飯	栗子燒肉	蕃茄炒蛋	當季時蔬	翡翠銀魚羹	時令水果	布丁	5.2	2.3	1.3	1.5	1.0	0.0	697	
		五	肉燥拉麵	咖哩海鮮燴飯、當季時蔬、冬瓜排骨湯						時令水果	麵包、鮮奶	5.2	3.0	1.1	1.3	1.0	0.0	735
8 16	10/19-10/23 12/14-12/18	一	麵包、鮮奶	胚芽米飯	玉米肉末	螞蟥上樹	當季時蔬	南瓜海鮮濃湯	時令水果	大滷麵	5.4	2.0	1.0	1.3	1.0	1.0	822	
		二	香菇肉末粥	地瓜飯	烤小腿	紅燒獅子頭	當季時蔬	玉米排骨湯	時令水果	愛玉	5.5	3.0	1.0	1.8	1.0	0.0	776	
		三	小豬包、豆漿	家常炒麵、當季時蔬、海帶排骨湯						時令水果	雞茸玉米粥	5.4	2.3	1.2	1.1	1.0	0.0	690
		四	蛋花雞絲麵	糙米飯	蔥燒排骨	鮮香菇蒸蛋	當季時蔬	芹菜貢丸湯	時令水果	烤地瓜	5.2	2.5	1.1	1.9	1.0	0.0	725	
		五	海苔壽司	水餃、當季時蔬、酸辣湯						時令水果	吐司、豆漿	5.0	1.1	1.0	1.3	1.0	0.0	576
9 17	10/26-10/30 12/21-12/25	一	五彩球、鮮奶	胚芽米飯	沙茶炒雞肉	韭香甜不辣	當季時蔬	味噌豆腐菇菇湯	時令水果	及第粥	5.1	1.5	1.3	1.8	1.0	1.0	793	
		二	花枝羹麵線	地瓜飯	紅燒魚片	洋葱炒蛋	當季時蔬	筍片排骨湯	時令水果	紅豆湯圓	5.2	2.3	1.2	1.8	1.0	0.0	708	
		三	醬燒小肉包、豆漿	海鮮炒麵、當季時蔬、香菇雞湯						時令水果	冬瓜銀耳湯	5.4	2.5	1.1	1.3	1.0	0.0	712
		四	玉米肉末粥	糙米飯	鵝鴨蛋滷排骨	咖哩冬粉	當季時蔬	蘿蔔甜不辣湯	時令水果	貢丸麵	5.5	2.0	1.2	1.8	1.0	0.0	706	
		五	鮮蔬冬粉湯	夏威夷炒飯、當季時蔬、花枝羹湯						時令水果	麵包、鮮奶	5.2	1.8	1.3	1.5	1.0	0.0	659
10 18	11/02-11/06 12/28-01/01	一	麵包、鮮奶	胚芽米飯	栗子燒雞	麻婆豆腐	當季時蔬	冬瓜薏仁湯	時令水果	馬來糕	5.5	1.9	1.1	1.3	1.0	1.0	824	
		二	麻油肉片麵	地瓜飯	清蒸鱸魚	海鮮什錦	當季時蔬	海帶芽蛋花湯	時令水果	綠豆QQ圓	5.2	3.0	1.3	2.0	1.0	0.0	772	
		三	小兔包、豆漿	香菇肉燥飯、當季時蔬、味噌魚片湯						時令水果	海鮮粥	5.4	2.3	1.0	1.3	1.0	0.0	694
		四	擔仔麵	糙米飯	白蘿蔔燉肉	玉米蒸蛋	當季時蔬	大頭菜雞湯	時令水果	竹筍稀飯	5.2	2.0	1.2	1.8	1.0	0.0	685	
		五	鍋燒麵	披薩、當季時蔬、山藥排骨湯						時令水果	餅乾	6.0	1.5	1.1	2.0	1.0	0.0	710

補充事項：

1. 每日均備有蔬菜、水果，均衡幼兒營養之攝取。
2. 若您家寶貝有過敏現象，不能吃的餐點請事先告訴導師；以避免孩子因攝取而導致過敏。
3. 本餐點表將視時令季節或當月活動情形略作調整，恕不另行公告；依行事曆之國定假日不提供餐點。
4. 本園餐點採用國產豬肉品、未使用主管機關公告之不合格油品。

