



臺北市南港區南港

統鮮企業股份有限公司

2011¹² December

| 日期 | 星期 | 早點 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 青菜 | 湯 | 附餐 |
|----|----|-----------|--|--------------------|------------------------|------|--------------------|----|
| 1 | 四 | 麵線羹 | 蔬食日：蕎麥飯+黑干杏鮑菇+蕃茄炒蛋+季節時蔬+南瓜濃湯 白米,蕎麥+大溪豆乾,杏鮑菇,時蔬+蕃茄,蛋+蔬菜+南瓜,洋蔥,蛋 | | | | | 水果 |
| 2 | 五 | 玉米肉末粥 | 燕麥飯 白米,燕麥粒 | 洋芋燒肉 馬鈴薯,肉塊 | 芹香甜條 甜不辣,芹菜 | 季節時蔬 | 冬瓜雞湯 冬瓜塊,雞丁,薑絲 | 水果 |
| 5 | 一 | 蘿蔔糕+紫菜湯 | 地瓜飯 白米,糙米 | 蘿蔔燒雞 蘿蔔,雞丁 | 鮮菇白菜滷 大白菜,鮮菇 | 季節時蔬 | 玉米蛋花湯 玉米粒,蛋,洋蔥 | 水果 |
| 6 | 二 | 慶生會 | 五穀米飯 白米,五穀雜糧 | 黃豆燉肉 豬肉丁,海結,黃豆 | 洋蔥炒蛋 洋蔥,雞蛋 | 季節時蔬 | 綠豆西米露 綠豆,西谷米 | 水果 |
| 7 | 三 | 金絲捲+鮮奶 | 香Q白飯 白米 | 泰式風味雞 雞丁,洋蔥,鮮菇 | 拌炒馬鈴薯 馬鈴薯,蝦皮,培根 | 季節時蔬 | 酸辣湯 豆腐,紅蘿蔔,木耳,蛋 | 水果 |
| 8 | 四 | 米粉羹 | 炒飯特餐：夏威夷炒飯+洋蔥豬排+季節時蔬+芹香蘿蔔湯 白米,鳳梨,玉米,絞肉+豬排+季節時蔬+蘿蔔,芹菜,大骨 | | | | | 水果 |
| 9 | 五 | 校外教學 不供餐 | | | | | | |
| 12 | 一 | 蔬菜麵疙瘩 | 香Q白飯 白米 | 南瓜燒肉 南瓜,豬肉,洋蔥 | 海結豆干 海結,豆干 | 季節時蔬 | 摩摩喳喳 地瓜,芋頭,西谷米 | 水果 |
| 13 | 二 | 法式三明治+糙半將 | 炒麵特餐：日式烏龍麵+滷翅腿*2+季節時蔬+味噌豆腐湯 烏龍麵,肉絲,高麗菜,紅蘿蔔+翅小腿+青菜+豆腐,柴魚片,味噌 | | | | | 水果 |
| 14 | 三 | 大滷麵 | 薏仁飯 白米,薏仁 | 凍腐燒肉 豆腐,肉塊,紅蘿蔔 | 螞蟻上樹 冬粉,高麗菜,絞肉 | 季節時蔬 | 養生山藥湯 山藥,雞骨 | 水果 |
| 15 | 四 | 皮蛋瘦肉粥 | 蕎麥飯 白米,蕎麥粒 | 咖哩魚丁 魚丁,馬鈴薯,紅蘿蔔 | 客家小炒 豆干,肉絲,菜脯 | 季節時蔬 | 蕃茄蛋花湯 蕃茄,蛋,豆腐 | 水果 |
| 16 | 五 | 小肉包*2+豆將 | 五穀米飯 白米,五穀雜糧 | 栗子燒雞 雞丁,栗子,馬鈴薯 | 關東煮 油豆腐,白蘿蔔,黑輪 | 季節時蔬 | 玉段大骨湯 玉米,大骨 | 水果 |
| 19 | 一 | 河粉湯 | 地瓜飯 白米,地瓜 | 玉米燴雞 玉米粒,雞丁 | 蔥燒豆腐 豆腐,絞肉,紅蘿蔔 | 季節時蔬 | 薑絲冬瓜湯 冬瓜,薑絲,大骨 | 水果 |
| 20 | 二 | 肉鬆麵包+麥艾 | 香Q白飯 白米 | 蒙古烤肉 肉片,高麗菜,蔥 | 鮮燴黃瓜 大黃瓜,鮮菇,紅蘿蔔 | 季節時蔬 | 紫菜蛋花湯 海帶芽,雞蛋,薑絲 | 水果 |
| 21 | 三 | 鮮蔬糙米粥 | 燕麥飯 白米,燕麥粒 | 三杯雞丁 雞丁,九層塔 | 豆包白菜 豆包,大白菜,紅蘿蔔 | 季節時蔬 | 金針湯 乾金針,大骨 | 水果 |
| 22 | 四 | 肉絲冬粉湯 | 五穀米飯 白米,五穀雜糧 | 百頁燒肉 百頁豆腐,肉塊 | 玉米三色 玉米粒,紅蘿蔔,馬鈴薯,毛豆 | 季節時蔬 | 紅豆湯圓 紅豆,湯圓 | 水果 |
| 23 | 五 | 酸辣湯餃 | 義大利麵特餐：茄汁義大利麵+柳葉魚*2+季節時蔬+馬鈴薯濃湯 義大利麵,絞肉,洋蔥,玉米粒+柳葉魚*2+青菜+馬鈴薯,洋菇,蛋 | | | | | 水果 |
| 26 | 一 | 味噌拉麵 | 玉米飯 白米,玉米粒 | 洋蔥肉柳 洋蔥,豬柳 | 紅絲炒蛋 紅蘿蔔,蛋 | 季節時蔬 | 針菇白菜羹 白菜,金針菇 | 水果 |
| 27 | 二 | 克林姆麵包+豆將 | 蕎麥飯 白米,蕎麥 | 糖醋鮮魚 魚丁,洋蔥,青椒 | 三杯醬冬粉 冬粉,高麗菜,紅蘿蔔,木耳 | 季節時蔬 | 大黃瓜湯 大黃瓜,雞骨 | 水果 |
| 28 | 三 | 芝麻包+鮮奶 | 紫米飯 白米,紫米 | 醬爆雞丁 雞丁,時蔬 | 瓠瓜蝦皮 瓠瓜,蝦皮 | 季節時蔬 | 味噌小魚湯 豆腐,小魚干 | 水果 |
| 29 | 四 | 芋頭米粉湯 | 麥片飯 白米,麥片 | 桔醬肉片 肉片,高麗菜,紅蘿蔔 | 蘿蔔花枝羹 白蘿蔔,花枝羹 | 季節時蔬 | 黃芽三絲湯 黃豆芽,蕃茄 | 水果 |
| 30 | 五 | 竹筍鹹粥 | 香Q白飯 白米 | 香滷腿排 雞腿排,滷包 | 咖哩雙色 馬鈴薯,紅蘿蔔 | 季節時蔬 | 香菇冬瓜湯 冬瓜,香菇 | 水果 |

付幼12月菜單

| 下午點心 | 五穀根莖類 (份) | 蛋豆魚肉類 (份) | 蔬菜類 (份) | 水果類 (份) | 油脂類 (份) | 熱量 (大卡) |
|----------|--------------|--------------|------------|------------|------------|------------|
| 餛飩湯 | 4.5 | 2.0 | 1.4 | 1.0 | 2.3 | 664 |
| 熱狗麵包+米漿 | 4.4 | 2.3 | 1.4 | 1.0 | 2.4 | 684 |
| 蔬菜烏龍麵 | 4.4 | 2.0 | 1.6 | 1.0 | 2.2 | 657 |
| 紅豆麵包+果汁 | 4.6 | 2.2 | 1.4 | 1.0 | 2.4 | 690 |
| 肉燥米苔目 | 4.5 | 2.3 | 1.3 | 1.0 | 2.3 | 684 |
| 馬拉糕+豆漿 | 4.2 | 2.4 | 1.5 | 1.0 | 2.5 | 684 |
| | 4.3 | 2.5 | 1.3 | 1.0 | 2.4 | 689 |
| 蛋包麵線 | 4.7 | 2.3 | 1.4 | 1.0 | 2.1 | 691 |
| 關東煮 | 4.2 | 2.4 | 1.2 | 1.0 | 2.2 | 663 |
| 冬菜冬粉湯 | 4.8 | 2.1 | 1.3 | 1.0 | 2.2 | 685 |
| 八寶甜湯 | 4.4 | 2.5 | 1.4 | 1.0 | 2.5 | 703 |
| 光泉鮮奶酪 | 4.5 | 2.1 | 1.3 | 1.0 | 2.2 | 664 |
| 蒸餃+海芽湯 | 4.4 | 2.3 | 1.5 | 1.0 | 2.3 | 682 |
| 蘿蔔糕湯 | 4.3 | 2.2 | 1.6 | 1.0 | 2.1 | 661 |
| 花枝羹麵 | 4.4 | 2.3 | 1.6 | 1.0 | 2.4 | 689 |
| 珍珠丸子+鮮奶 | 4.8 | 2.2 | 1.2 | 1.0 | 2.2 | 690 |
| 台式鹹粥 | 4.4 | 2.1 | 1.3 | 1.0 | 2.4 | 666 |
| 綠豆粉圓湯 | 4.2 | 2.3 | 1.5 | 1.0 | 2.3 | 668 |
| 吻魚波菜粥 | 4.2 | 2.2 | 1.6 | 1.0 | 2.5 | 672 |
| 油腐細粉 | 4.2 | 2.4 | 1.7 | 1.0 | 2.3 | 680 |
| 黑糖饅頭+蛋花湯 | 4.3 | 2.3 | 1.5 | 1.0 | 2.2 | 670 |
| 起司餅乾+果汁 | 4.5 | 2.1 | 1.6 | 1.0 | 2.4 | 681 |