

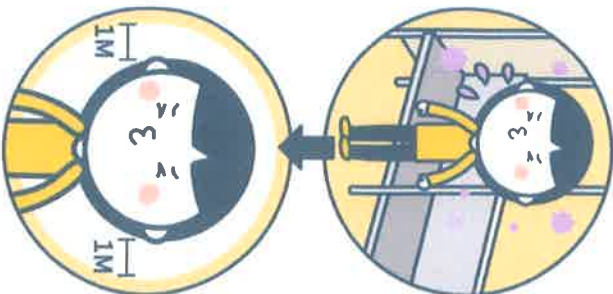
臺中市立東勢幼兒園幼兒餐點表【108年12月】

週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	12/2~12/6	早點	饅頭 保久乳	蕃茄肉片粥	★生日蛋糕 保久乳	珍珠丸子 豆漿	鮮味米粉湯
		午餐	(小薏仁飯) 滑溜肉片 塔香海芽 季節時蔬 金針排骨湯 四季水果	玉米雞粒炒飯 季節時蔬 健康花菜湯 四季水果	(營養糙米飯) 菇燒嫩腐 香根煎蛋 季節時蔬 牛蒡腰果湯 四季水果	(香Q白米飯) 青蒜燒鴨 小瓜甜條 季節時蔬 珍菇肉絲湯 四季水果	(營養糙米飯) 豉汁虱目魚 開陽蘿蔔炒肉末 季節時蔬 青菜蛋花湯 四季水果
		午點	酸辣濃湯	薑汁地瓜湯	玉米穗肉骨湯	八寶甜品	麵包 紅棗茶
第二週	12/9~12/13	早點	洋芋紅扁豆粥	★味噌湯麵	鍋燒麵	肉燥蘿蔔糕湯	粿仔條
		午餐	什錦炒麵 季節時蔬 冬瓜大骨湯 四季水果	(高纖麥片飯) 紅蘿嫩皮絲 芹粒煎蛋 季節時蔬 什錦蔬菜湯 四季水果	(松子糙米飯) 蒜苗炒魚片 金菇燴肉絲 季節時蔬 柴魚海芽湯 四季水果	(紅藜飯) 麻油雞鍋 油豆腐 玉米穗 高麗菜 四季水果	(香Q白米飯) 沙茶花枝 毛豆炒蛋 季節時蔬 青木瓜雞骨湯 四季水果
		午點	包子 米漿	穀類脆片 保久乳	芋頭甜湯	精緻吐司 保久乳	椰香紫米露
第三週	12/16~12/20	早點	鮮肉小魚粥	南瓜濃湯	★水餃 紫菜湯	咖哩烏龍湯麵	十全大補湯
		午餐	(多穀雜糧飯) 香煎魚片 滷白菜(+肉絲) 季節時蔬 芹香腐皮湯 四季水果	(紅扁豆飯) 冬菜燒雞 碧絲木須炒肉絲 季節時蔬 雙色蘿蔔湯 四季水果	(香Q白米飯) 三杯菇菇 五香干丁 季節時蔬 蕃茄蛋花湯 四季水果	鮭魚小米炒飯 季節時蔬 枸杞菠菜肉片湯 四季水果	(營養糙米飯) 油腐肉燥 柴魚蒸蛋 季節時蔬 黃瓜排骨湯 四季水果
		午點	蔥花捲 保久乳	蔬菜烘蛋 豆漿	三寶穀燒仙草	麵包 保久乳	冬至花生湯圓
第四週	12/23~12/27	早點	鹹蛋肉末穀粥	養生山藥湯	杯子蛋糕 保久乳	★散壽司 味噌湯	古都擔仔麵
		午餐	台式炒米粉 滷味雙拼 三蔬排骨湯 四季水果	(芝麻糙米飯) 茄汁肉柳 開陽西芹炒菇 季節時蔬 海菜銀魚湯 四季水果	(養生紫米飯) 鹽酥雞丁 塔香肉末嫩腐 季節時蔬 結頭菜大骨湯 四季水果	(香Q白米飯) 什錦烤麩 綠菠滑蛋 季節時蔬 紅燒玉米湯 四季水果	(營養糙米飯) 蒜苗炒魚片 醬味冬瓜 季節時蔬 當歸肉片湯 四季水果
		午點	銀絲捲 豆漿	豬肉餡餅 明目飲	麻香麵線	紅豆薏仁湯	全麥吐司 保久乳
第五週	12/30~12/31	早點	饅頭 保久乳	青菜餛飩湯			
		午餐	(高纖麥片飯) 蔴瓜蒸魚 蔴婆杏鮑菇 季節時蔬 菜心大骨湯 四季水果	(紅藜飯) 橙汁豬排 大瓜甜條 季節時蔬 玉筍排骨湯 四季水果			
		午點	關東煮	薑汁熱豆花			

讓你得流感的那些小事

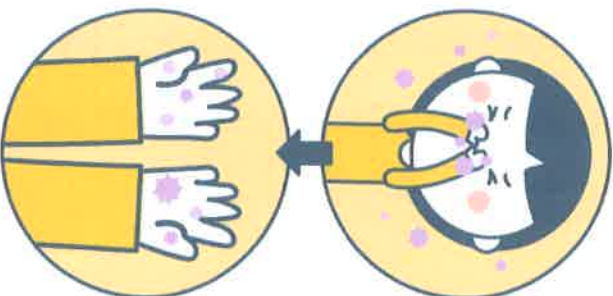
密閉空間

打噴嚏沒掩口鼻



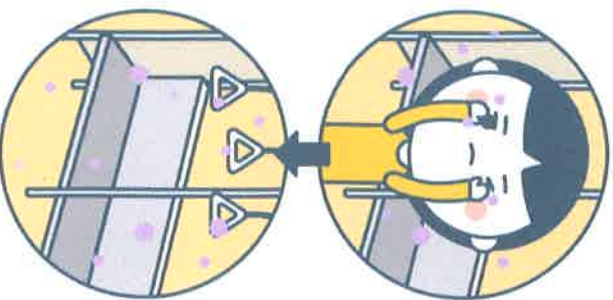
打噴嚏時

用手遮沒洗手



出入公共場所後

沒洗手就摸眼口鼻



1公尺內都遭殃

手到之處
必留下病毒

病毒能在寒冷
低溼度的環境中
存活數小時



感染指數：不能再更高了！

疫苗提升保護力 預防流感快行動



- 校園集中接種流感疫苗好處多多：
1. 完全免費
 2. 方便省時，不用到醫院診所
 3. 專業醫療團隊進駐學校提供服務
 4. 家長們只需詳細閱讀「流感疫苗接種通知說明」後簽署家長同意書
 5. 校園接種有群體保護力，保護你也保護家人



11115
免費流感疫苗打起來

看好接種時程，準時裝備保護力



國小至高中學生
& 醫事人員

108/11/15
(五)



65歲以上長者
& 學齡前幼兒

108/12/8
(日)



其他公費對象如：
孕婦、重大傷病
患者、罕病患者等

109/1/1
(三)