



臺中市立東勢幼兒園 幼兒餐點表【109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	12/1~12/4	早點 午餐 午點	 December	蔬菜銀魚羹 (紅藜飯) 蔥酥肉燥 大瓜炒肉絲 季節時蔬 玉米蛋花湯 四季水果 海苔小米飯丸+紫菜湯	蒸餃+豆米漿 ★(松子糙米飯) 三彩素雞 古早味蒸蛋 季節時蔬 麻油菇菇湯 四季水果 生日蛋糕+檸檬水	蔬菜肉絲粥 (高纖麥片飯) 蒜泥白肉 肉末茄子煲 季節時蔬 味噌魚片湯 四季水果 南洋肉骨茶	冬粉鮮肉湯 咖哩洋芋雞肉飯 滷味雙拼 蔬菜大骨湯 四季水果 *鮮奶酪
第二週	12/7~12/11	早點 午餐 午點	黑糖饅頭+保久乳 (小薏仁飯) 滑溜肉片 韭香什錦 季節時蔬 金針排骨湯 四季水果 酸辣濃湯	多穀蔬菜雞粥 香菇肉絲炒麵 蒜香毛豆莢 健康花菜湯 四季水果 奶黃包+豆米漿	珍珠丸子+大麥飲 ★(香Q白米飯) 菇燒嫩腐 香根煎蛋 季節時蔬 蕃茄黃芽湯 四季水果 薑汁地瓜湯	玉米穗肉骨湯 (營養糙米飯) 冬菜鴨 小瓜甜條 季節時蔬 珍菇肉絲湯 四季水果 米香+保久乳	鮮味米粉湯 (香香芝麻飯) 豉汁魚片 開陽蘿蔔炒肉末 季節時蔬 青菜蛋花湯 四季水果 八寶甜品
第三週	12/14~12/18	早點 午餐 午點	芝麻包+保久乳 (營養糙米飯) 玉米肉丸子 炒三絲 季節時蔬 豆薯排骨湯 四季水果 粿仔條	洋芋鹹粥 ★(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 鬆餅+紅棗茶	鍋燒麵 (營養糙米飯) 麻油雞 季節時蔬 四季水果 芋頭花生湯	蔥酥蘿蔔糕湯 (健康小米飯) 炸豬排 毛豆炒蛋 季節時蔬 結頭菜大骨湯 四季水果 味噌湯麵	穀類脆片+保久乳 鮭魚蛋炒飯 高麗菜 柴魚海芽湯 四季水果 雞蛋布丁
第四週	12/21~12/25	早點 午餐 午點	蔥花捲+保久乳 (燕麥飯) 香煎魚片 肉絲白菜滷 季節時蔬 芹香腐皮湯 四季水果 **冬至鹹湯圓**	麻香麵線 (紅藜飯) 傳統焢肉 蕃茄燴蛋 季節時蔬 雙色蘿蔔湯 四季水果 麵包+豆米漿	南瓜濃湯 ★(香香芝麻飯) 五香干丁 三杯菇菇 季節時蔬 紫菜蛋花湯 四季水果 燒仙草	鮮肉餛飩湯 (營養糙米飯) 油腐肉燥 柴魚蒸蛋 季節時蔬 大瓜排骨湯 四季水果 QQ玉米條	杯子蛋糕+保久乳 ~歡樂聖誕節~ 白醬雞肉貝殼麵 蒜香綠花椰 綜合蔬菜湯 四季水果 鹹蛋肉末小米粥
第五週	12/28~12/31	早點 午餐 午點	散壽司+味噌湯 (養生紫米飯) 洋蔥炒肉柳 開陽西芹炒菇 季節時蔬 海菜銀魚湯 四季水果 養生山藥湯	鮮肉烏龍湯麵 ★(松子糙米飯) 什錦烤麩 綠菠滷蛋 季節時蔬 紅燒玉米湯 四季水果 雜糧饅頭+保久乳	豬肉餡餅+豆米漿 (香Q白米飯) 鹽酥雞丁 肉末嫩腐 季節時蔬 菜心大骨湯 四季水果 紅豆薏仁湯	蕃茄肉片糙米粥 台式炒米粉 季節時蔬 三蔬排骨湯 四季水果 全麥吐司+保久乳	



本園餐點一律使用國產豬肉與雞肉



美麗人生空中超市(股)有限公司

上吐下瀉?

小心病毒性腸胃炎從口入!

病毒性腸胃炎主要經由糞、口傳染，透過與病患的密切接觸如共食而將病毒傳染給他人。預防方法如下：



飯前便後洗手



生病戴口罩



避免共食



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC 告
每週健康星

得到**病毒性腸胃炎** 要注意什麼?

注重個人衛生，防止病毒再向外傳染



— 補充水分及電解質，**避免脫水**



— 用**肥皂**勤洗手



— **稀釋漂白水**清洗消毒弄髒的衣物及環境



— 腹瀉嘔吐**症狀解除後2日**才能接觸健康的人與料理食物



— 請假**在家休息**，不上班上課