**臺北市私立達德兒童課後照顧服務中心113學年度第一學期12月份餐點表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **一(12/2)** | **二(12/3)** | **三(12/4)** | **四(12/5)** | **五(12/6)** |
| **午餐** | **雞丁燴飯****蕃茄炒蛋****高麗菜炒紅蘿蔔****玉米濃湯** |  | **豆乾海帶紅燒肉****滷蛋****炒地瓜葉****味噌鯛魚湯** | **紅燒雞丁****吻仔魚炒蛋****小白菜炒木耳****冬瓜排骨湯** | **黃豆豆腐燒肉****紅蘿蔔炒蛋****雙色青江菜****蛤蜊雞湯** |
| **點心** | **小魚蔬菜粥** | **蛋餅、豆漿** | **油豆腐細粉** | **綠豆地瓜湯** | **雞蛋通心麵** |
| **日期** | **一(12/9)** | **二(12/10)** | **三(12/11)** | **四(12/12)** | **五(12/13)** |
| **午餐** | **豆干炒肉絲****絞肉蒸蛋****大白菜炒木耳****吻仔魚莧菜湯** |  | **馬鈴薯燉肉****吻仔魚炒蛋****炒娃娃菜****香菇雞湯** | **黃豆蘑菇燉肉****蕃茄炒蛋****高麗菜炒紅蘿蔔****絲瓜蛤蜊排骨湯** | **紅燒獅子頭****洋蔥炒蛋****蔬菜燴豆腐****海帶芽豆腐湯** |
| **點心** | **青菜餛飩湯** | **草莓土司、牛奶** | **紅豆麥片粥** | **奶黃包、豆漿** | **鮮魚米粉湯** |
| **日期** | **一(12/16)** | **二(12/17)** | **三(12/18)** | **四(12/19)** | **五(12/20)** |
| **午餐** |  **紅燒雞丁****洋蔥炒蛋****豆干炒小魚****黃瓜貢丸排骨湯** |  | **高麗菜水餃****滷蛋****香芹虱目魚丸湯** | **麻婆豆腐****蝦仁炒蛋****高麗菜炒木耳****蕃茄牛肉湯** | **紅燒鯖魚****紅蘿蔔炒蛋****小白菜炒木耳****玉米濃湯** |
| **點心** | **皮蛋瘦肉粥** | **香菇冬粉湯** | **雞塊薯條、豆漿** | **滑蛋瘦肉粥** | **綠豆地瓜湯** |
| **日期** | **一(12/23)** | **二(12/24)** | **三(12/25)** | **四(12/26)** | **五(12/27)** |
| **午餐** | **馬鈴薯豆腐燉肉****鮮肉蒸蛋****高麗菜炒蕃茄****山藥雞湯** |  | **清蒸魚片****玉米炒蛋****大白菜炒木耳****榨菜肉絲湯** | **南瓜豆腐煲****洋蔥炒蛋****菠菜炒蘑菇****蛤蜊冬瓜湯** | **銀芽雞絲** **絞肉蒸蛋****炒空心菜****鮮魚豆腐湯** |
| **點心** | **紅豆湯圓** | **肉羹麵** | **綜合甜不辣** | **廣東粥** | **小饅頭、牛奶** |
| **日期** | **一(12/30)** | **二(12/31)** | **三** | **四** | **五** |
| **午餐** | **醬燒鯛魚片****絞肉烘蛋****菠菜炒草菇****紫菜排骨湯** |  |  |
| **點心** | **玉米吻仔魚粥** | **綠豆地瓜粥** |
| **◎每日均有時鮮水果，每週主食均有白米、糙米、麵條、地瓜飯…等全穀雜糧類搭配。****◎本中心採用安全食材供應。一律使用國產豬肉牛肉食材。****◎本中心提供之甜湯及飲品，皆以無糖或微糖為調製原則。****◎時蔬：高麗菜、菠菜、地瓜葉、青江菜、小白菜、莧菜…等。****◎時令水果：香蕉、蘋果、芭樂、木瓜、小蕃茄、水梨…等。****◎因季節天氣變化的影響，若因當日的食品在市場上無法供應，其當日的食品由同類的食品來供應。** |