



## 仁光幼兒園112年 11月份菜單

日期	早點心		午餐				午點心	熱量
11月01日	菜單	<b>蔥花捲</b>	<b>香煎雞柳</b>	<b>蕃茄炒蛋</b>	<b>時令有機青菜</b>	<b>蘿蔔排骨湯</b>	<b>時令水果</b>	1106大卡
	食材	麵粉、蔥等30g	雞胸肉35g	蕃茄20g、雞蛋1/2顆	有機時令蔬菜50g	白蘿蔔20g、排骨10g	1份	
	熱量	176卡(碳水化合物37.8g、脂肪0.3g、蛋白質5.5g)	293卡(碳水化合物2.2g、脂肪15g、蛋白質21g)	176卡(碳水化合物36g、脂肪2.2g、蛋白質7g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	122卡(碳水化合物2g、脂肪6.9g、蛋白質12.5g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	176卡(碳水化合物41.1g、脂肪1.2g、蛋白質0.3g)
11月02日	菜單	<b>鮮肉小魚粥</b>	<b>清蒸鱸魚</b>	<b>炒三絲</b>	<b>時令有機青菜</b>	<b>小魚昆布牛蒡湯</b>	<b>時令水果</b>	1129大卡
	食材	胚芽米20g、雞胸肉10g、小魚10g、紅蘿蔔10g	鱸魚35g、薑絲	豬肉絲15g、木耳15g、非基改豆皮20g	有機時令蔬菜50g	昆布15g、小魚乾10g、牛蒡15g	1份	
	熱量	175卡(碳水化合物2g、脂肪0g、蛋白質3g)	145卡(碳水化合物5g、脂肪4.6g、蛋白質20g)	169卡(碳水化合物3.5g、脂肪4g、蛋白質4.7g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	189卡(碳水化合物23g、脂肪9g、蛋白質20g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	232+56卡(碳水化合物20.6+5g、脂肪12.5+2g、蛋白質8.4+4.2g)
11月03日	菜單	<b>油豆腐細粉</b>	<b>高麗菜蛋炒飯</b>		<b>時令有機青菜</b>	<b>鮮菇雞湯</b>	<b>時令水果</b>	1259大卡
	食材	冬粉80g、非基改油豆腐30g、豬肉絲20g、蔬菜20g、木耳10g、金針菇10g、紅蘿蔔10g	胚芽米100g、高麗菜50g、雞蛋1/4、香菇10g、豬肉15g		有機時令蔬菜50g	雞腿30g、鮮菇30g	1份	
	熱量	200卡(碳水化合物16g、脂肪2g、蛋白質7.4g)	430卡(碳水化合物96g、脂肪15.5g、蛋白質14g)		110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	120卡(碳水化合物2.2g、脂肪4.2g、蛋白質18g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	186+160卡(碳水化合物36.2+12g、脂肪2.3+8g、蛋白質4.9+9g)
11月06日	菜單	<b>香菇雞肉粥</b>	<b>鮮菇義大利肉醬麵</b>		<b>時令有機青菜</b>	<b>竹筍排骨湯</b>	<b>時令水果</b>	1158大卡
	食材	濕香菇25g、雞胸肉15g、胚芽米25g、紅蘿蔔5g	捲捲麵50g、鮮菇10g、蕃茄15g、豬肉20g、洋蔥1/4顆、青花椰適量		有機時令蔬菜50g	排骨10g、竹筍30g	1份	
	熱量	190卡(碳水化合物20g、脂肪4g、蛋白質14g)	453卡(碳水化合物65.5g、脂肪10.8g、蛋白質23g)		110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	189卡(碳水化合物1.6g、脂肪14.4g、蛋白質13.3g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	118+45卡(碳水化合物35+11g、脂肪0g、蛋白質1.7g)
11月07日	菜單	<b>南瓜濃湯</b>	<b>豆干燴鮮肉</b>	<b>蒸蛋</b>	<b>時令有機青菜</b>	<b>薑絲蛤蜊湯</b>	<b>時令水果</b>	918大卡
	食材	南瓜60g、馬鈴薯30g、絞雞胸肉10g	非基改豆干20g、豬肉30g	雞蛋1/2個	有機時令蔬菜50g	薑絲、蛤蜊10g、冬瓜50g	1份	
	熱量	192卡(碳水化合物24.4g、脂肪7.5g、蛋白質6.7g)	253卡(碳水化合物11.5g、脂肪19.6g、蛋白質7.9g)	62卡(碳水化合物0.6g、脂肪3.1g、蛋白質5.4g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	62卡(碳水化合物1.8g、脂肪0.2g、蛋白質1.5g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	239卡(碳水化合物31g、脂肪10g、蛋白質6g)
11月08日	菜單	<b>鹹奶油餐包</b>	<b>芝麻雞丁</b>	<b>蔥花蛋</b>	<b>時令有機青菜</b>	<b>四神排骨湯</b>	<b>時令水果</b>	1263大卡
	食材	麵粉、奶油等40g	雞胸肉35g、白芝麻0.5匙	蔥、雞蛋1/2個	有機時令蔬菜50g	薏仁10g、蓮子10g、芡實10g、淮山10g、排骨10g	1份	
	熱量	119卡(碳水化合物12.5g、脂肪6.5g、蛋白質2g)	335卡(碳水化合物15g、脂肪21g、蛋白質20g)	90卡(碳水化合物0.5g、脂肪0g、蛋白質6g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	260卡(碳水化合物26g、脂肪12g、蛋白質18g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	240+56卡(碳水化合物49+5g、脂肪2+2g、蛋白質7+4.2g)
11月09日	菜單	<b>什錦冬粉湯</b>	<b>香煎鱸魚</b>	<b>香煎蛋豆腐</b>	<b>時令有機青菜</b>	<b>芥菜雞肉湯</b>	<b>時令水果</b>	1065大卡
	食材	木耳10g、肉絲35g、冬粉60g、紅蘿蔔10g、金針菇10g、時令蔬菜70g	鱸魚35g	雞蛋豆腐40g	有機時令蔬菜50g	芥菜35g、雞肉20g	1份	
	熱量	196卡(碳水化合物16g、脂肪2g、蛋白質7g)	145卡(碳水化合物5g、脂肪4.6g、蛋白質20g)	139卡(碳水化合物9.3g、脂肪7.2g、蛋白質9.3g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	183.3卡(碳水化合物2.7g、脂肪13.6g、蛋白質25.3g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	239卡(碳水化合物31g、脂肪10g、蛋白質6g)
11月10日	菜單	<b>親子粥</b>	<b>咖哩雞肉燴飯</b>	<b>水煮蛋</b>	<b>時令有機青菜</b>		<b>時令水果</b>	1204大卡
	食材	胚芽米30g、非基改玉米10g、雞蛋1/4個、雞胸肉10g、吻仔魚10g、紅蘿蔔10g	洋蔥15g、馬鈴薯20g、咖哩、紅蘿蔔20g、白蘿蔔10g、雞胸肉30g	石安牧場動福蛋或台灣溯源蛋1/2個	有機時令蔬菜50g		1份	
	熱量	166卡(碳水化合物32g、脂肪1.6g、蛋白質7g)	459卡(碳水化合物88g、脂肪23g、蛋白質5g)	80卡(碳水化合物0.6g、脂肪5.5g、蛋白質8g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)		53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	176+160卡(碳水化合物37+12g、脂肪0.3+8g、蛋白質5.5+9g)
11月13日	菜單	<b>玉米脆片、溫牛奶</b>	<b>蔬菜豬肉堡</b>		<b>時令有機青菜</b>	<b>玉米濃湯</b>	<b>時令水果</b>	963大卡
	食材	玉米脆片30g、豐力富奶粉120cc	豬肉100g、漢堡1個、美生菜2片、安佳起司半片、蕃茄醬		有機時令蔬菜50g	非基改玉米20g、紅蘿蔔20g、雞蛋1/4個、雞胸肉20g	1份	
	熱量	181卡(碳水化合物30g、脂肪3g、蛋白質5g)	254卡(碳水化合物27.8g、脂肪11g、蛋白質11g)		110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	190卡(碳水化合物18g、脂肪5g、蛋白質3g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	175卡(碳水化合物2g、脂肪0g、蛋白質3g)
11月14日	菜單	<b>義式蔬菜濃湯</b>	<b>獅子頭</b>	<b>炒吻仔魚蛋</b>	<b>時令有機青菜</b>	<b>冬瓜蛤蜊湯</b>	<b>時令水果</b>	1085大卡
	食材	馬鈴薯60g、洋蔥20g、鮮菇70g、雞胸肉20g、豐力富奶粉300g、西洋芹70g、義大利麵10g	豬絞肉45g、蔬菜15g	吻仔魚20g、蔥、蛋1/3個	有機時令蔬菜50g	冬瓜50g、中蛤蜊10g、薑絲	1份	
	熱量	175卡(碳水化合物25g、脂肪2g、蛋白質17g)	320卡(碳水化合物6.1g、脂肪28.2g、蛋白質10g)	140卡(碳水化合物1.5g、脂肪9.2g、蛋白質12.3g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	62卡(碳水化合物1.8g、脂肪0.2g、蛋白質1.5g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	225卡(碳水化合物21.6g、脂肪10.5g、蛋白質7.8g)
11月15日	菜單	<b>水潤餅</b>	<b>滷雞腿排</b>	<b>絞肉燒冬瓜</b>	<b>時令有機青菜</b>	<b>味噌豆腐湯</b>	<b>時令水果</b>	1388大卡
	食材	麵粉等1份	雞腿肉35g、洋蔥5g	豬肉10g、冬瓜30g	有機時令蔬菜50g	海帶芽10g、非基改豆腐15g、味噌	1份	
	熱量	285卡(碳水化合物56g、脂肪10g、蛋白質5g)	293卡(碳水化合物2.2g、脂肪15g、蛋白質21g)	214卡(碳水化合物1.3g、脂肪3g、蛋白質5g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	188卡(碳水化合物20g、脂肪6g、蛋白質12g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	186+59卡(碳水化合物21.6+12g、脂肪9g、蛋白質6.4g)



## 仁光幼兒園112年 11月份菜單

日期	早點心	午餐	午點心	熱量
----	-----	----	-----	----



11月16日	<b>菜單</b> <b>瘦肉粥</b>	雞胸肉10g、非基改玉米10g、胚芽米30g、小魚10g、紅蘿蔔10g	<b>清蒸鱸魚</b> 鱸魚35g、薑絲	<b>玉米煎蛋</b> 雞蛋1/2個、非基改玉米粒20g	<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>昆布牛蒡湯</b> 昆布15g、小魚乾10g、牛蒡15g	<b>時令水果</b> 1份	<b>蔬菜鮮肉麵</b> 時令蔬菜70g、雞蛋1/4個、麵條60g、豬肉絲35g、木耳10g、金針菇10g	1068大卡	
	<b>熱量</b>	160卡(碳水化合物25g、脂肪1g、蛋白質4g)	145卡(碳水化合物5g、脂肪4.6g、蛋白質20g)	172卡(碳水化合物15g、脂肪7.8g、蛋白質8.3g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	189卡(碳水化合物23g、脂肪9g、蛋白質20g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	239卡(碳水化合物31g、脂肪10g、蛋白質6g)		
11月17日	<b>菜單</b> <b>滑蛋蔬菜雞絲麵</b>	時令蔬菜70g、雞蛋1/4個、雞絲麵60g、木耳10g、豬肉絲35g	<b>蝦仁鮮肉蛋炒飯</b> 胚芽米120g、豬肉15g、非基改玉米20g、蛋1/2個、青豆仁10g、蝦仁15g		<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>四神湯</b> 薏仁10g、蓮子10g、芡實10g、淮山10g、排骨20g	<b>時令水果</b> 1份	<b>核桃麵包、溫牛奶</b> 好市多核桃麵包30克、豐力富牛奶 120cc	1547大卡	
	<b>熱量</b>	239卡(碳水化合物31g、脂肪10g、蛋白質6g)	540卡(碳水化合物86.9g、脂肪15.7g、蛋白質10g)		110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	260卡(碳水化合物26g、脂肪12g、蛋白質18g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	195+150卡(碳水化合物13+13g、脂肪2.6+8g、蛋白質2.6+8g)		
11月20日	<b>菜單</b> <b>玉米脆片、溫牛奶</b>	玉米脆片30g、豐力富奶粉120cc	<b>水餃</b> 高麗菜水餃150g	<b>滷蛋</b> 溯源雞蛋1/2個	<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>酸辣湯</b> 木耳10g、紅蘿蔔10g、雞蛋1/4個、雞胸10g、金針菇10g、竹筍10g、非基改豆腐15g	<b>時令水果</b> 1份	<b>滑蛋瘦肉粥</b> 胚芽米30g、豬肉10g、雞蛋1/4個、小魚10g、非基改玉米10g、紅蘿蔔10g	1122大卡	
	<b>熱量</b>	181卡(碳水化合物30g、脂肪3g、蛋白質5g)	每顆69卡(碳水化合物3.4g、脂肪5.2g、蛋白質2.2g)以5顆計算 共345卡	90卡(碳水化合物3g、脂肪9g、蛋白質14g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	139卡(碳水化合物15g、脂肪4.9g、蛋白質8.3g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	204卡(碳水化合物25g、脂肪6.8g、蛋白質10g)		
11月21日	<b>菜單</b> <b>北海道濃湯</b>	洋蔥20g、馬鈴薯70g、豐力富奶粉300g、雞胸肉20g、西芹70、鮮菇70g	<b>鮮菇雞柳</b> 雞胸肉30g、洋蔥10g、鮮菇15g	<b>三杯豆腐</b> 豬肉15g、非基因改造豆腐30g、九層塔	<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>山藥紫菜湯</b> 山藥25g、紫菜10g	<b>時令水果</b> 1份	<b>煎餃、豆漿</b> 桂冠蔥鍋貼150g 非基改黃豆豆漿120cc	1277大卡	
	<b>熱量</b>	165卡(碳水化合物23g、脂肪2g、蛋白質16g)	297卡(碳水化合物16g、脂肪18g、蛋白質15.5g)	259卡(碳水化合物7.5g、脂肪6g、蛋白質11g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	105卡(碳水化合物18.8g、蛋白質3.1g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	232+56卡(碳水化合物20.6+5g、脂肪12.5+2g、蛋白質8.4+4.2g)		
11月22日	<b>菜單</b> <b>醬燒包</b>	麵粉、蔥、豬肉等40g	<b>感恩節 Buffet</b>						<b>健康蕃茄肉絲麵</b> 豬肉35g、麵條60g、芹菜10g、木耳10g、金針菇10g、蕃茄40g	1981大卡
	<b>熱量</b>	249卡(碳水化合物10g、脂肪8g、蛋白質19g)	烤雞30g、馬鈴薯30g、起司餐包30g、手工餅乾20g、新鮮蘋果1份、花椰菜20g、烤火雞30g、南瓜濃湯120cc、南瓜派20g、玉米30g、蘋果派20g						290卡(碳水化合物18g、脂肪6g、蛋白質25g)	
11月23日	<b>菜單</b> <b>什錦冬粉</b>	木耳10g、豬肉絲35g、冬粉60g、紅蘿蔔10g、金針菇10g、時令蔬菜70g	<b>香菇滷肉</b> 香菇25、鮮肉30g、紅蘿蔔10g、非基改油豆腐10g	<b>蒸蛋</b> 溯源雞蛋1/2個	<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>海帶芽味噌豆腐湯</b> 海帶芽10g、非基改豆腐15g、味噌	<b>時令水果</b> 1份	<b>麵線糊</b> 雞絲50g、豬肉35g、木耳10g、金針菇10g、紅蘿蔔10g、雞蛋雞蛋1/4個	1242大卡	
	<b>熱量</b>	196卡(碳水化合物16g、脂肪2g、蛋白質7g)	384卡(碳水化合物4.5g、脂肪35.5g、蛋白質12.8g)	62卡(碳水化合物0.6g、脂肪3.1g、蛋白質5.4g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	188卡(碳水化合物20g、脂肪6g、蛋白質12g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	311卡(碳水化合物50g、脂肪0g、蛋白質11.2g)		
11月24日	<b>菜單</b> <b>小魚鮮肉粥</b>	胚芽米20g、絞雞胸肉10g、小魚10g、紅蘿蔔10g	<b>翡翠炒飯</b> 豬肉15g、胡蘿蔔10g、青江菜35g、雞蛋1/4、蝦仁15g		<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>健康蔬菜湯</b> 洋蔥15g、黃豆芽20g、紅蘿蔔20g、高麗菜30g	<b>時令水果</b> 1份	<b>黑糖紅豆豆花</b> 黑糖、非基改黃豆豆花35g、紅豆15g	1049大卡	
	<b>熱量</b>	175卡(碳水化合物2g、脂肪0g、蛋白質3g)	440卡(碳水化合物70g、脂肪14.7g、蛋白質12g)		110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	55卡(碳水化合物6.2g、脂肪g、蛋白質g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	216卡(碳水化合物42.3g、脂肪2.6g、蛋白質5.9g)		
11月27日	<b>菜單</b> <b>水煮蛋</b>	石安牧場動福蛋或台灣溯源蛋1個	<b>什錦炒麵</b> 乾香菇15g、紅蘿蔔10g、高麗菜10g、豬肉15g、麵條50g、韭菜花5g		<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>蘋果洋蔥雞湯</b> 雞腿20g、洋蔥10g、蘋果10g、蒜頭、雪白菇10g、蔥	<b>時令水果</b> 1份	<b>養生地瓜、金桔檸檬茶</b> 地瓜1/3個、金桔120cc、檸檬5cc	1102大卡	
	<b>熱量</b>	80卡(碳水化合物0.6g、脂肪5.5g、蛋白質8g)	464卡(碳水化合物50g、脂肪12g、蛋白質4g)		110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	232卡(碳水化合物12g、脂肪4g、蛋白質11g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	118+45卡(碳水化合物35+11g、脂肪0g、蛋白質1.7g)		
11月28日	<b>菜單</b> <b>青豆仁牛奶濃湯</b>	青豆仁20g、豐力富奶粉300g、洋蔥20g、馬鈴薯60g、雞胸肉20g、鮮菇70g	<b>馬鈴薯燉肉</b> 馬鈴薯30g、豬肉30g	<b>香煎蛋豆腐</b>	<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>豆子乾排骨湯</b> 曬乾長豆30g、排骨20g	<b>時令水果</b> 1份	<b>玉米濃湯餃</b> 雞胸肉20g、非基改玉米300g、雞蛋1/4個、紅蘿蔔10g、水餃60g	1152大卡	
	<b>熱量</b>	192卡(碳水化合物15g、脂肪1.0g、蛋白質3.8g)	276卡(碳水化合物30g、脂肪6g、蛋白質18g)	139卡(碳水化合物9.3g、脂肪7.2g、蛋白質9.3g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	157卡(碳水化合物8.2g、脂肪6.1g、蛋白質18g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	225卡(碳水化合物21.6g、脂肪10.5g、蛋白質7.8g)		
11月29日	<b>菜單</b> <b>芋頭饅頭</b>	麵粉、蔥等30g	<b>香煎鯛魚</b> 鱸魚35g	<b>蕃茄炒蛋</b> 蕃茄40g、雞蛋1/2個、蒜頭、蔥	<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>鮮菇雞湯</b> 鮮菇20g、雞腿20g	<b>時令水果</b> 1份	<b>當歸鴨麵線</b> 當歸鴨滷包、鴨肉70g、麵線100g	1133大卡	
	<b>熱量</b>	176卡(碳水化合物37.8g、脂肪0.3g、蛋白質5.5g)	120卡(碳水化合物2.5g、脂肪2g、蛋白質19g)	176卡(碳水化合物36g、脂肪2.2g、蛋白質7g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	120卡(碳水化合物2.2g、脂肪4.2g、蛋白質18g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	378卡(碳水化合物64g、脂肪8g、蛋白質11g)		
11月30日	<b>菜單</b> <b>桂圓糯米粥</b>	桂圓5g、黑糯米15g、圓糯米10g、小百合5g	<b>松子雞丁</b> 紅蘿蔔10g、雞胸肉30g、洋蔥10g、松子5g、玉米筍10g	<b>吻仔魚煎蛋</b> 吻仔魚20g、蔥10g、雞蛋1/2個	<b>時令有機青菜</b> 有機時令蔬菜50g	<b>蘿蔔排骨湯</b> 白蘿蔔20g、排骨10g	<b>時令水果</b> 1份	<b>粉絲滑蛋豆腐羹</b> 冬粉80g、雞蛋1/4個、非基因改造豆腐30g、木耳10g、金針菇10g、時令蔬菜20g、豬肉20g	1059大卡	
	<b>熱量</b>	75卡(碳水化合物17g、脂肪0.1g、蛋白質1.2g)	282卡(碳水化合物12g、脂肪17g、蛋白質20g)	140卡(碳水化合物1.5g、脂肪9.2g、蛋白質12.3g)	110卡(碳水化合物15g、脂肪1g、蛋白質2g)	122卡(碳水化合物2g、脂肪6.9g、蛋白質12.5g)	53卡(碳水化合物12.5g、脂肪0g、蛋白質0g)	277卡(碳水化合物6.5g、脂肪7.1g、蛋白質13g)		

※本園黃豆類相關菜餚(豆腐/豆漿.等)，採用嘉鄉豆腐店與阿汀豆腐店提供之非基改黃豆製品。

※本園使用玉米，採用非基因改造優良玉米粒罐頭。

※本園未使用牛肉一律使用國產豬肉。

※米飯為胚芽米/每日午餐均附當季新鮮水果一份。

※時令青菜由城南有機農場提供之有機新鮮葉菜。

※本園豬肉均由肉商提供當日新鮮合格溫體台灣豬肉。

※本園之飲用水與廚房料理用水全面採RO逆滲透純水。

※本園提供之菜品含有：甲殼類、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類，不適合對其過敏體質者食用。

PS：1.如遇颱風或特殊狀況將視狀況調整食材與食譜，並公布於辦公室公佈欄，感謝家長的體諒。

2.所有菜餚均未添加味精且少油、少鹽、少糖。

