111學年度第1學期11月份餐點表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 活力早點 | 營養午餐 | 精力下午點心 |
| 11/1 | (二) | 南瓜饅頭,桂圓茶(桂圓.枸杞) | 培根蘆筍蛋炒飯(蘆筍.培根.蛋絲),黃豆芽排骨湯(黃豆芽.番茄.排骨),水果-蘋果 | 黃瓜金雕捲(金雕捲,大黃瓜.) |
| 11/2 | (三) | 古早味鹹粥(三色豆.絞肉白米) | 芋頭蒸肉(芋頭塊.五花肉),毛豆蝦仁(毛豆.蝦仁.紅蘿蔔丁),蔬菜-綠花椰,木鱉果雞湯(木鱉果肉.雞肉),水果-香蕉 | 蛋花雞絲麵(雞蛋.雞絲麵.小白菜) |
| 11/3 | (四) | 營養豆花 | 絞肉滷丸 (滷丸.絞肉),豆腐碎肉(豆腐.鮮菇.絞肉),蔬菜-小魚杏菜,蒜味蜆仔湯,水果-香蕉 | 香菇肉羹(香菇.桶筍.木耳.山東白菜.肉羹) |
| 11/4 | (五) | 珍珠丸,蛋花湯 | 燒肉粽(糯米.肉.花生.鹹蛋黃),大頭菜排骨湯(大頭菜.排骨)水果-番茄 | 豆芽鹹粿湯(豆芽菜.鹹粿) |
| 11/7 | (一) | 擔仔麵(油麵.肉燥.豆芽菜) | 蔬菜肉羹飯 (高麗菜.金針菇.玉米筍.肉羹.魚丸)水果-蘋果 | 豬肉水餃(絞肉.高麗菜) |
| 11/8 | (二) | 杯子蛋糕,香茅冬瓜茶(香茅.冬瓜露) | 肉燥鵪鶉蛋(絞肉.小鳥蛋),小黃瓜雞丁(小黃瓜.紅黃椒.花枝)季節蔬菜-金針菇絲瓜(金針菇.絲瓜),菱角排骨湯,水果-蘋果 | 蔬菜鮪魚粥 (鮪魚.高麗菜.雞蛋) |
| 11/9 | (三) | 蔬菜餛飩湯(小白菜.餛飩) | 絞肉豆皮(絞肉.豆皮),芝士魚條 (魚排.起士麵包粉),季節蔬菜- 小白菜,番茄蛋花湯,水果-香蕉 | 綠豆地瓜(綠豆.地瓜) |
| 11/10 | (四) | 牛奶榖片(牛奶.玉米片) | 古早味油飯(青豆仁.魷魚.肉絲..香菇.花生.糯米) ,香菇瓜仔雞肉湯(香菇..花瓜.雞肉),水果柳丁 | 鴨肉冬粉(鴨肉.冬菜.冬粉) |
| 11/11 | (五) | 莧菜小魚粥(吻仔魚.杏菜) | 白菜獅子頭 (白菜..魚漿.豬肉.玉米粒),九層塔海龍 (九層塔.海茸)季節蔬菜-高麗菜,味噌鮮魚湯(旗魚.豆腐味噌),水果-柳丁 | 甜不辣 菜頭湯 (魚漿.蔥.菜頭) |
| 11/14 | (一) | 香菇燒賣(香菇.魚漿.洋蔥)紫菜湯 | 咖哩雞肉飯(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.青豆仁.雞丁)水果-蘋果 | 榨菜肉絲麵(肉絲.榨菜.小白菜) |
| 11/15 | (二) | 奶油餐包,養生茶(枸杞,青旗.紅棗) | 洋蔥花枝(洋蔥.花枝),豬肉香腸,四季豆,菠菜豬肝湯(魚皮.魚肉.虱目魚丸),水果-蘋果 | 紅豆雙圓湯(紅.綠豆.. 湯圓) |
| 11/16 | (三) | 雞蛋麵線(雞蛋.油蔥.麵線) | 醬燒滷蛋,芹菜豆包(芹菜.豆包),花椰菜 ,冬瓜排骨酥湯,水果-香蕉 | 蔥香粿仔條(油蔥酥..粿仔條.豆芽菜) |
| 11/17 | (四) | 原味豆花  | 雙色燒肉(紅.白蘿蔔.五花肉),番茄炒蛋(番茄.雞蛋),蒜香空心菜(蒜頭.空心菜),翡翠小魚湯(翡翠.蟹肉棒.吻仔魚) | 黑糖粉圓 (黑糖汁.粉圓) |
| 11/18 | (五) | 雞丁玉米濃湯(三色豆.蘑菇.玉米粒.蛋花.雞肉 | 豆菜麵(豆芽菜.麵.醬汁),味噌豆腐湯 (豆腐. 味噌.小白菜),水果-番茄 | 蛤蠣絲瓜粥(絲瓜.蛤蠣.) |
| 11/21 | (一) | 珍珠丸,蔬菜湯(乾高麗菜綜合包) | 蔥爆高麗菜豬肉(豬肉.高麗菜.蔥),茼蒿丸子湯(茼蒿菜.貢丸.蝦丸) 水果-蘋果 | 鍋燒意麵(蛋花.小白菜.花捲) |
| 11/22 | (二) | 黑糖饅頭,香茅冬瓜茶(香茅.冬瓜露) | 麵輪滷肉,番茄豬柳(番茄.豬肉絲),蔬菜-大陸妹,菱角排骨湯(菱角.排骨),水果-橘子 | 酸辣湯(木耳.筍絲.豬血.豆腐.冬粉絲)) |
| 11/23 | (三) | 豆漿穀片 (豆漿.穀片) | 方塊豆腐(豆腐.肉),洋蔥木耳肉絲(洋蔥.木耳.肉絲)蔬菜-四季豆,蕈菇肉絲湯,水果-香蕉 | 糯米腸黃瓜湯 (大黃瓜.糯米腸) |
| 11/24 | (四) | 小肉包味噌湯(味噌.豆腐.小白菜) | 洋蔥滷肉(洋蔥.五花肉),糖醋魚丁(魚丁.洋蔥.紅.黃椒),蔬菜-空心菜,鹹菜鴨肉湯,水果-蘋果 | 麻油豬肉麵線(麻油.豬肉片.麵線) |
| 11/25 | (五) | 葡萄吐司,決明子茶 (決明子.枸杞) | 大滷麵(木耳.玉米筍.香菇、 高麗菜.肉羹.肉絲.蛋花),水果-番茄 | 皮蛋瘦肉粥(瘦肉.鹹蛋.皮蛋) |
| 11/28 | (一) | 煎餃,紫菜湯 | 古早味油飯(青豆仁.魷魚.肉絲..香菇.花生),蘿蔔玉米湯,水果-蘋果 | 土魠魚羹麵(魚塊.山東白菜.麵)  |
| 11/29 | (二) | 鮮奶饅頭,養生茶(綠豆.仙草片) | 紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔.雞蛋),酥炸豬排,蔬菜-空心菜,當歸鴨肉湯(當歸包.鴨肉),水果-蘋果 | 關東煮(蘿蔔.米血.黑輪.豆腐) |
| 11/30 | (三) | 黃瓜魚丸湯(大黃瓜.魚丸.蝦丸.) | 薑片雞丁(薑片.雞丁),杏包菇花枝丸,蔬菜-杏菜,番茄豆腐蛋湯(番茄.豆腐.雞蛋) | 紅豆薏仁(紅豆.小薏仁) |
| 1.本餐點食譜內容將視幼兒口味,天氣冷熱隨機調整2.餐點及午餐之菜色隨季節幼稚園有更換及變動之權力3.幼兒對某些食物有過敏性或身體不適者,請事先通知本園或告知班導師**4.本園一律使用國產豬食材** |