

育仁幼兒園 113 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	(五)	紫菜麵線(紫菜. 油蔥. 麵線)	麵輪絞肉(麵輪. 絞肉)、番茄豬柳(番茄. 洋蔥. 豬肉絲)、蔬菜-豆芽菜、味噌蚬仔湯(蒜末. 味噌. 蚬仔)、水果-葡萄	蛤蠣魚肉粥(蛤蠣. 魚肉. 蟹肉. 蛋)
11/4	(一)	黃瓜丸子湯(大黃瓜. 魚丸. 蝦丸)	古早味油飯(三色豆. 魷魚. 肉絲. 香菇. 花生)、鹹菜鴨肉湯(鹹菜. 鴨肉)、水果-蘋果	鮪魚蔬菜麵(鮪魚罐. 高麗菜)
11/5	(二)	方塊蛋糕、桂圓紅棗茶(麵粉. 奶油. 桂圓. 紅棗)	方塊豆腐(豆腐. 肉)、木耳榨菜肉絲(榨菜. 木耳. 肉絲)、蔬菜-杏菜、排骨大頭菜(排骨. 大頭菜)、水果-蘋果	黑糖粉圓(黑糖水. 粉圓)
11/6	(三)	營養豆花(黃豆. 水. 吉利丁)	蔥花蛋(蔥花. 雞蛋)、酥炸豬排(豬肉. 酥炸粉)、蔬菜-空心菜黃瓜燕餃湯(大黃瓜. 魚絞. 蛋絞)、水果-柳丁	蝦皮絲麵線(絲瓜. 雞蛋. 麵線. 蝦皮)
11/7	(四)	鍋貼(絞肉. 蔥花. 高麗菜)、紫菜湯	紅燒獅子頭(魚漿. 豬肉. 玉米粒)、花枝三色(小黃瓜. 紅. 紅椒. 玉米)、時蔬-大陸妹、青菜豆腐湯(小白菜. 豆腐)、水果-蘋果	皮蛋瘦肉粥(絞肉. 鹹蛋. 皮蛋)
11/8	(五)	古早味鹹粥(三色豆. 絞肉白米)	什錦豬肝炒意麵(木耳. 肉絲. 玉米筍. 高麗菜. 紅蘿蔔絲. 豬肝.)、皮丸湯(魚皮. 魚肉. 虱目魚丸)、水果-橘子	蘿蔔關東煮(米血. 黑輪. 蘿蔔)
11/11	(一)	麻油麵線(麻油. 麵線. 雞蛋)	紅蘿蔔麵筋(紅蘿蔔. 麵筋)、海鮮豆腐煲(蝦仁. 蚵. 三色豆)、時蔬-青江菜、蕈菇肉絲湯(秀珍菇. 金針菇. 杏包菇. 肉絲)、水果-蘋果	綜合甜湯(黑白粉圓. 粉角. 仙草. 粉條)
11/12	(二)	奶皇包、養生茶(麵粉. 奶皇. 枸杞. 青旗. 紅棗)	高麗菜豬肉飯(豬肉絲. 高麗菜. 雞蛋. 紅蘿蔔絲)、蛤蠣冬瓜湯(冬瓜. 蛤蠣)、水果-蘋果	鹹粿湯(鹹粿. 油蔥酥. 豆芽菜)
11/13	(三)	牛奶玉米片(牛奶. 玉米片)	瓜子香菇肉(香菇. 花瓜. 絞肉)、蒜香海帶芽(蒜頭. 海帶芽)、時蔬-空心菜、蘿蔔海帶湯(白蘿蔔. 海帶. 大骨)、水果-柳丁	素當歸鴨(當歸包藥材. 素鴨)
11/14	(四)	小肉包、紫菜湯(麵粉. 絞肉. 蔥花. 紫菜)	海鮮燴飯(筍絲. 花枝. 蝦仁. 蚵肉絲. 高麗菜. 虱目魚丸)、水果-柳丁	玉米蛋花粥(玉米. 雞蛋. 米)
11/15	(五)	小白菜雞絲麵(雞絲麵. 小白菜)	紅蘿蔔車輪(紅蘿蔔. 車輪. 豬肉)、三杯雞(雞肉. 米血. 九層塔)、時蔬-綠花椰、菱角排骨湯(菱角. 排骨)、水果-香蕉	綠豆麥片(綠豆. 麥片. 糖)
11/18	(一)	擔仔麵(肉燥. 油麵. 豆芽菜)	雙色燒肉(紅. 白蘿蔔五花肉)、洋蔥花枝(洋蔥. 花枝)、時蔬-小白菜、牛蒡蛤蠣雞湯湯(牛蒡. 蛤蠣. 雞肉)、水果-蘋果	黑糖粉圓(黑糖. 粉圓)
11/19	(二)	南瓜饅頭、決明子麥茶(麵粉. 雞蛋. 南瓜. 決明子)	關廟滷麵(木耳. 筍絲. 香菇. 高麗菜. 菜頭. 肉羹. 肉絲. 蛋花)、水果-蘋果	豬肉水餃(絞肉. 高麗菜. 麵粉. 青蔥)
11/20	(三)	蔬菜餛飩湯(絞肉. 青蔥. 麵粉. 小白菜)	肉燥豆菊(豆菊. 絞肉)、菇菇豆腐(香菇. 杏鮑菇. 豆腐. 三色豆)、時蔬-青江菜、翡翠小魚湯(翡翠. 蟹味棒. 吻仔魚)、水果-香蕉	土魷魚麵羹(魚塊. 山東白菜. 油麵)
11/21	(四)	原味豆花(黃豆水. 吉利丁)	香菇肉燥鵪鶉蛋(香菇. 鳥蛋. 絞肉)、塔香海龍(九層塔. 海龍)、時蔬-白花椰、玉米番茄湯(玉米. 番茄. 大骨)、水果-柳丁	蔥香板條(粿仔條. 豆芽菜. 韭菜. 油蔥酥)
11/22	(五)	蛋黃芋丸(芋頭. 蛋黃. 麵粉)、豆薯湯(豆薯. 雞蛋)	麻油雞炒飯(麻油. 薑片. 雞肉. 鴻禧菇. 鮮香菇)、蘿蔔貢丸湯(蘿蔔. 貢丸)、水果-柳丁	廣東粥(絞肉. 三色豆. 豬肝片鮮蝦. 油條. 米)
11/25	(一)	蟹黃燒賣、紫菜湯(蟹黃. 豬肉. 糯米. 紫菜)	醬燒鮮豆皮(鮮豆皮. 絞肉. 醬油)、紅糟豆乳雞(雞肉. 紅糟. 豆乳)、時蔬-山東白菜、味噌鮮魚湯(味噌. 旗魚. 豆腐. 蔥)、水果-蘋果	油豆腐冬粉(油豆腐. 冬粉. 小白菜)
11/26	(二)	小餐包、麥茶(麵粉. 奶油. 麥)	絞肉黃金魚蛋(絞肉. 鑫鑫丸)、糖醋魚丁(洋蔥. 三色豆. 旗魚)、時蔬-青江菜、番茄蛋花豆腐(番茄. 雞蛋)、水果-蘋果	紅豆粉條(紅豆. 粉條)
11/27	(三)	蘑菇玉米濃湯(蘑菇. 玉米粒. 蟹肉棒. 三色豆. 絞肉)	紅燒海帶結(海帶結. 絞肉)、韭菜甜片(韭菜. 甜不辣)時蔬-高麗菜、大黃瓜大骨湯(龍骨. 大黃瓜)、水果-柳丁	魷魚羹(魷魚. 肉羹. 木耳. 山東白菜. 筍絲)
11/28	(四)	鍋燒意麵(意麵. 花捲. 小白菜)	三色蛋(鹹蛋. 皮蛋. 雞蛋)、黃金魚塊(旗魚. 酥炸粉)、時蔬-豆芽菜、蒜香蚬仔湯、水果-柳丁	蝦皮南瓜粥(南瓜. 蝦皮. 絞肉)
11/29	(五)	薯餅、紫菜湯(薯餅. 紫菜)	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔. 洋蔥. 馬鈴薯. 玉米筍. 青豆仁. 豬肉丁)、水果-蘋果	芋圓地瓜圓(芋圓. 地瓜)

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兒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(例如: 甲殼類、花生、牛奶、蛋等), 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