

育仁幼兒園 114 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
11/03	(一)	翡翠小魚粥 (翡翠. 吻仔魚. 肉末)	醬燒海帶結(海帶. 豆干)、香酥魚排(旗魚. 酥炸粉)、 蔬菜-四季豆、番茄蛋花湯(番茄. 雞蛋. 蔥花)、水果-蘋果	紅豆粉條 (紅豆. 粉條)
11/04	(二)	方塊蛋糕、桂圓紅棗茶 (麵粉. 奶油. 桂圓. 紅棗)	什錦海鮮意麵(木耳. 花枝. 蝦仁. 肉絲. 高麗菜. 麵) 玉米蘿蔔湯(玉米. 蘿蔔. 雞骨架)、水果-蘋果	黃瓜甜不辣 (甜不辣. 大黃瓜)
11/05	(三)	珍珠丸(糯米. 豬肉. 魚漿、蔬菜湯(綜合蔬菜包)	紅燒魚肉(洋蔥. 旗魚)、菇菇豆腐(香菇. 袖珍菇)、 時蔬-空心菜、花瓜香菇雞湯(香菇. 雞肉. 紅棗)、 水果-番石榴	鹹粿湯 (鹹粿. 油蔥酥. 豆芽菜)
11/06	(四)	營養豆花 (黃豆. 吉利丁粉)	紅蘿蔔麵輪(麵輪. 紅蘿蔔)、九層塔海茸(九層塔. 海茸)、 蔬菜-豆芽菜、味噌蜆仔湯(蒜末. 味噌. 蜆仔)、水果-葡萄	土魷魚麵羹 (魚塊. 山東白菜. 油麵)
11/07	(五)	紫菜麵線 (紫菜. 油蔥. 麵線)	毛豆雞丁炒飯(雞胸肉. 毛豆. 紅蘿蔔丁. 洋蔥丁) 枸杞冬瓜湯(冬瓜. 雞骨架)、水果-柳橙	皮蛋瘦肉粥 (絞肉. 鹹蛋. 皮蛋)
11/10	(一)	古早味鹹粥 (三色豆. 絞肉白米)	紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔絲. 雞蛋)、嫩汁魚柳(魚. 酥炸粉) 蔬菜-空心菜、鹹菜鴨肉湯(鹹菜. 鴨肉)、水果-柳丁	鮭魚蔬菜麵 (鮭魚罐. 高麗菜)
11/11	(二)	梅子饅頭(麵粉. 梅子粉) 桂圓枸杞茶(枸杞. 桂圓)	醬汁豆腐(豆腐)、煙燻豆包絲(豆包. 芹菜. 木耳)、 蔬菜-杏菜、魚丸大頭菜(排骨. 大頭菜)、水果-蘋果	黑糖粉圓 (黑糖水. 粉圓)
11/12	(三)	牛奶玉米片 (牛奶. 玉米片)	麻油雞炒飯(麻油. 薑片. 雞肉. 鴻禧菇. 鮮香菇)、 黃瓜魚餃湯(大黃瓜. 魚餃. 蛋餃. 蝦餃)、水果-蘋果	蝦皮絲麵線(絲瓜. 雞蛋. 麵線. 蝦皮)
11/13	(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)、蔬菜-蒜香青江菜、青菜豆腐湯(小白菜. 豆腐) 水果-蘋果	蛤蠣魚肉粥 (蛤蠣. 魚肉. 蟹肉. 蛋)
11/14	(五)	黃瓜丸子湯 (大黃瓜. 魚丸. 蝦丸)	什錦炒麵(木耳. 肉絲. 玉米筍. 高麗菜. 紅蘿蔔絲) 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)
11/17	(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-高麗菜、薑絲葷菇湯(秀珍菇. 金針菇. 杏包菇) 水果-蘋果	綜合甜湯(黑白粉圓. 粉角. 仙草. 粉條)
11/18	(二)	奶皇包、養生茶(麵粉. 奶皇. 枸杞. 青旗. 紅棗)	高麗菜雞肉飯(雞肉. 高麗菜. 雞蛋. 紅蘿蔔絲)、 蛤蠣冬瓜湯(冬瓜. 蛤蠣)、水果-蘋果	蔥香粿仔條 (豆芽菜. 粿仔條)
11/19	(三)	營養豆花 (黃豆. 水. 吉利丁)	瓜子香菇肉(香菇. 花瓜. 絞肉)、 蒜香海帶芽(蒜頭. 海帶芽)、時蔬-金針絲瓜、 味噌豆腐海帶湯(豆腐. 海帶. 味噌)、水果-柳丁	素當歸鴨 (當歸包藥材. 素鴨)
11/20	(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. 鳥蛋)、 水果-柳丁	玉米蛋花粥 (玉米. 雞蛋. 米)
11/21	(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、 骨架皇帝豆湯(菱角. 雞骨架)、水果-香蕉	八寶芋圓甜湯 (芋圓. 八寶豆. 水)
11/24	(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、牛蒡蛤蠣雞肉湯(牛蒡. 蛤蠣. 排骨)、 水果-蘋果	黑糖粉圓 (黑糖. 粉圓)
11/25	(二)	玉米可樂餅、決明子麥茶 (麵粉. 雞蛋. 玉米決明子)	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	廣東粥(絞肉. 三色豆. 鮮蝦. 花枝油條. 米)
11/26	(三)	蔬菜餛飩湯(絞肉. 青蔥. 麵粉. 小白菜)	肉燥豆菊(豆菊. 絞肉)、玉米豆丁(玉米粒. 豆乾丁) 時蔬-白花椰、翡翠小魚湯(翡翠. 蟹味棒. 吻仔魚)、 水果-香蕉	綠豆地瓜湯 (地瓜. 綠豆)
11/27	(四)	豆漿穀片(豆漿. 穀片)	香菇鵪鶉蛋(香菇. 鳥蛋)、紅糟豆乳雞(雞肉. 紅糟. 豆 乳)、時蔬-高麗菜、味噌鮮魚湯(鮮魚. 味噌. 豆腐)、 水果-柳丁	魷魚羹 (魷魚. 肉羹. 木耳. 山 東白菜. 筍絲)
11/28	(五)	山藥球(山藥. 蛋黃. 麵粉) 枸杞菊花茶(枸杞菊花.)	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔. 洋蔥. 馬鈴薯. 玉米筍. 青豆仁. 雞肉 丁)、水果-蘋果	魚丸冬粉 (魚丸. 冬粉. 小白菜)

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