

育全 幼兒園 110 年 11 月份營養餐點表

日期	11/1(一)	11/2(二)	11/3(三)	11/4(四)	11/5(五)
上午點心	魷魚羹麵線	鮮蔬蘿蔔糕湯	肉絲板條湯	山藥野菇瘦肉粥	紫菜餛飩湯
中餐	蒜味香腸 玉米三色毛豆 季節蔬菜	蔥燒雞丁 雞汁蒸蛋 季節蔬菜	家常滷肉 螞蟻上樹 季節蔬菜	梅干控肉 鐵板豆腐 季節青菜	海苔火腿 肉鬆紫米飯糰
湯品 水果	味增小魚湯	羅宋湯	番茄排骨湯	蘿蔔排骨湯	榨菜肉絲湯
下午點心	桂圓紅棗地瓜甜湯	鮑魚蔬菜粥	銀絲卷 冬瓜蜜茶	鍋燒意麵	紅豆粉圓湯
日期	11/8(一)	11/9(二)	11/10(三)	11/11(四)	11/12(五)
上午點心	芹香貢丸冬粉	金瓜米粉湯	蒜香米苔目	蔥燒豬肉拉麵	皮蛋瘦肉粥
中餐	黃金魚條 土豆麵筋滷白菜 季節蔬菜	咖哩雞丁 火腿炒蛋 季節蔬菜	沙茶肉片 滷蘿蔔烏蛋豆輪 季節蔬菜	紅燒獅子頭 芝麻豆干片 季節蔬菜	赤肉羹鮮菇 蔬菜燴飯
湯品 水果	三絲筍絲湯	鮮菇蒲瓜湯	鮮筍排骨湯	胡瓜排骨湯	青菜蛋花湯
下午點心	青蔬雞蛋麵	葡萄乾燕麥甜湯	芋頭肉茸粥	杯子蛋糕 全脂牛奶	麻油蛋赤肉麵線
日期	11/15(一)	11/16(二)	11/17(三)	11/18(四)	11/19(五)
上午點心	青蔬滑蛋雞絲麵	地瓜稀飯 香酥肉鬆	什錦麵線羹	番茄紅醬螺旋麵	日式關東煮
中餐	香酥雞塊 培根高麗菜 季節蔬菜	紅燒翅小腿 蘑菇炒蛋 季節蔬菜	瓜仔肉 小黃瓜炒黑輪 季節蔬菜	糖醋里肌 芹菜炒豆皮 季節蔬菜	咖哩洋芋 豬肉時蔬燴飯
湯品 水果	山藥薏仁湯	番茄玉米湯	金針排骨湯	白玉排骨湯	柴魚味增湯
下午點心	芋頭紫米甜粥	肉絲米粉湯	八寶甜湯	高麗菜包 紫菜湯	綠豆薏仁湯
日期	11/22(一)	11/23(二)	11/24(三)	11/25(四)	11/26(五)
上午點心	香菇雞絲粥	浮水魚丸意麵	金銀蛋莧菜粥	茄香雞蛋麵	高麗菜水餃
中餐	黃金豬排 金沙杏鮑菇甜條 季節蔬菜	三杯雞 紅蘿蔔炒蛋 季節蔬菜	打拋豬肉 奶油可樂餅 季節蔬菜	控肉滷海帶 髮菜豆腐羹 季節蔬菜	洋蔥肉絲 鮮菇燴飯
湯品 水果	天婦羅湯	薑絲冬瓜湯	山藥排骨湯	筍白筍排骨湯	海芽小魚湯
下午點心	椰香西米露	香菇白菜赤肉羹	紅豆花生牛奶湯	藍莓吐司 全脂牛奶	黑糖 QQ 甜湯
日期	11/29(一)	11/30(二)	12/1(三)	12/2(四)	12/3(五)
上午點心	四季豆雞肉粥	蛋花雞絲麵	白醬蘑菇義大利麵	海苔烏龍麵	珍珠丸子 紫菜湯
中餐	三角薯餅 紅燒冬瓜 季節青菜	蒜香雞球 番茄炒蛋 季節青菜	台式魯肉 三色素雞 季節青菜	京醬肉絲 木耳豆干 季節蔬菜	時蔬豆皮 肉絲炒麵
湯品 水果	玉米濃湯	貢丸湯	竹筍排骨湯	四神排骨湯	莧菜銀魚湯
下午點心	絲瓜冬粉湯	薑汁地瓜芋頭湯	南瓜雞肉粥	黑糖饅頭 全脂牛奶	綜合黑輪湯

◎餐點提供幼兒六大類食物中之四類，每週提供兩次以上奶類或乳製品及每週提供三次全穀根莖類食物

◎午餐附有新鮮季節水果、湯頭均以蔬菜熬成；餐點會依據時令季節做適當調整，造成不便，敬請包涵。

※本園肉類食材採用國內在地豬肉，向為友生鮮肉品商行供應商採買