

愛幼幼兒園 109 年 11 月份餐點表

日期	活力點心	營養午餐	美味點心
11/2 (一)	鮪魚蔬菜粥(鮪魚、 莧菜、芹菜)	香菇玉米高麗菜素悶飯(香菇、玉米粒、高麗菜、素肉燥、紅蘿蔔、木耳)、蘿蔔貢丸湯、橘子	青菜水餃湯
11/3 (二)	全麥吐司、薏仁漿	翠玉白菜茄汁肉燥麵疙瘩(蚵白菜、紅蘿蔔、木耳、鯖魚罐、豬肉末、麵疙瘩)、香蕉	鮮奶饅頭、 冬瓜茶
11/4 (三)	薯泥蘇打餅、豆漿	烏龍海鮮炒麵(烏龍麵、肉絲、蛤利、蝦仁、青蔥、洋蔥、小白菜)、蕃茄蛋花湯、蘋果	日式關東煮
11/5 (四)	玉米火腿蛋煎餅	小米飯、蒜蓉滷雞肉、小黃瓜炒蛋、香蒜地瓜葉、白菜燴翅蝦米冬瓜湯、芭樂	肉燥米粉湯 (韭菜、豬肉)
11/6 (五)	薯餅、牛奶	香菇肉羹大滷麵(香菇、肉漿、魚漿、紅白蘿蔔、扁魚)、柳丁	什錦蔬菜粥 (高麗菜、紅蘿蔔、肉末)
11/9 (一)	水煮蛋、味噌湯	五穀飯、香腸、海芽炒薑絲蛋、木耳炒高麗菜、胡瓜魚丸湯、橘子	紅豆晶露薏仁
11/10 (二)	芝麻煎餅、五穀米漿	海鮮鮮蔬粥(高麗菜、中卷、牡蠣、肉絲、豬肉)、香蕉	烤甜甜圈
11/11 (三)	滑蛋麵線	韭菜粉絲炒(綠韭、蝦米、木耳、肉絲)、玉米筍菇湯、蘋果	紅豆Q彈凍
11/12 (四)	手作海苔捲、蔬果湯	營養糙米飯、蒜香雞肉絲、紅燒豆腐、鮮菇高麗菜、海帶芽湯、芭樂	莧菜銀魚粥
11/13 (五)	薏仁小米粥	洋蔥鮪魚炒飯(洋蔥、青豆仁、鮪魚)、白菜鮮菇湯、柳丁	紅豆饅頭、杏仁茶
11/16 (一)	精緻小西點、養生茶	府城滷肉飯、海苔肉鬆、蒜蓉青江、吻魚白菜菇菇湯、橘子	綠豆西米露
11/17 (二)	鮮蔬煎餅、紫花湯	玉米磨菇煲粥(玉米粒、磨菇、青蔥、大骨湯底)、香蕉	布丁麵包、牛奶
11/18 (三)	法國吐司、豆漿	紅蔥粿仔條(紅蔥酥、高麗菜、木耳、紅蘿蔔絲)、鮮筍丁大骨湯、蘋果	軟Q雙色甜湯 (芋頭、地瓜)
11/19 (四)	茶葉蛋、味噌湯	旗魚雙玉米粉羹(旗魚漿、紅白蘿蔔、秀珍菇)、芭樂	八寶芹菜滑蛋粥
11/20 (五)	鮮蔬雞絲麵	蕃茄蛋炒飯(番茄丁、蔥花、青豆仁、玉米粒、蛋)、水果茶	黑糖饅頭、海芽湯
11/23 (一)	水果穀片、牛奶	香香芝麻飯、洋蔥豬排、鮮菇芥蘭、豆乾小魚、金針排骨湯、橘子	麻油枸杞麵線
11/24 (二)	芹香蘿蔔糕湯	府城擔子麵(綠韭、豆芽菜、魚板)、肉燥魯丸、香蕉	蛋糕蜜糖捲、 麥茶
11/25 (三)	蔥煎肉末餅、蛋花湯	香菇芋頭粥(香菇肉燥、芋頭丁、小蝦米)、蘋果	鍋燒意麵
11/26 (四)	波蘿麵包、米漿	高麗菜豬肉水餃(高麗菜、蔥花、絞肉)、酸筍雞丁湯、芭樂	五穀蔬菜粥
11/27 (五)	藥膳麵線	鮮蔬果香漢堡(結球萵苣、蘋果、蕃茄、肉片、蛋)、玉米濃湯	紅豆紫米湯
11/30 (一)	蟹絲南瓜玉米濃湯	咕咕蛋芋頭肉燥悶飯(鵪鶉蛋、櫻花蝦、芋頭丁、肉燥)、榨菜肉絲湯、橘子	薏仁綠豆豆花

◎ 為孩子健康，本園提供餐點皆為少油、低鹽料理，飲料皆為低糖飲料，請家長放心！

◎ 餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。

★★ 本園一律使用國產豬肉食品