

愛幼幼兒園 110 年 11 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
11/1 (一)	薯餅.麥茶	香香芝麻飯、酥香小雞塊、枸杞絲瓜、轟蛋玉米、木瓜龍骨湯、蘋果	冬菜鴨肉冬粉
11/2 (二)	鮮蔬雞絲麵	玉米磨菇煲粥(玉米粒、蘑菇、青蔥、大骨湯底)、西瓜	鮮奶饅頭 冬瓜茶
11/3 (三)	紅蘿蔔薯泥蘇打豆漿	烏龍海鮮炒麵(烏龍麵、肉絲、蛤利、蝦仁、青蔥、洋蔥)、蕃茄蛋花湯、蘋果	綠豆豆花
11/4 (四)	玉米蛋煎餅	三寶燕麥飯、蒜蓉滷雞、小黃瓜炒蛋、白菜燴翅 蝦米冬瓜湯、小米飯、木瓜	肉燥米粉湯
11/5 (五)	全麥吐司、薏仁漿	香菇肉羹大滷麵(香菇、肉漿、魚漿、紅白蘿蔔、扁魚)、火龍果	什錦蔬菜粥
11/8 (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、芭樂	红豆晶露 薏仁
11/9 (二)	芝麻煎餅 五穀米漿	海鮮鮮蔬粥(高麗菜、中卷、牡蠣、肉絲)、香蕉	烤甜甜圈
11/10 (三)	滑蛋枸杞麵線	韭菜油麵炒(綠韭、蝦米、木耳、肉絲)、玉米筍菇湯、葡萄	红豆豆花
11/11 (四)	沙其馬、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、柿子	莧菜銀魚粥
11/12 (五)	薏仁小米粥	洋蔥鮪魚炒飯(洋蔥、青豆仁、鮪魚)、白菜鮮菇湯、香蕉	黑糖饅頭 杏仁茶
11/15 (一)	早安麥片 牛奶阿華田	府城滷肉飯、海苔肉鬆、蒜蓉青江、吻魚白菜菇菇湯、芭樂	綠豆西米露
11/16 (二)	纖蔬煎餅 紫花湯	翠玉白菜茄汁肉燥麵疙瘩 (小白菜、鯖魚罐、肉燥)、香蕉	布丁麵包 牛奶
11/17 (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、香蕉	軟Q雙色 甜湯
11/18 (四)	茶葉蛋、味增湯	蕃茄蛋炒飯(番茄丁、蔥花、青豆仁、玉米粒、蛋)、水果茶	八寶芹蛋粥
11/19 (五)	南瓜玉米粥	旗魚雙玉米粉羹(旗魚漿、紅白蘿蔔、秀珍菇)、葡萄	蔥花捲 海芽湯
11/22 (一)	什錦水果穀片 牛奶	香香芝麻飯、洋蔥豬排、鮮菇芥蘭、豆乾小魚、金針排骨湯、木瓜	麻油雞絲 麵線
11/23 (二)	吻仔魚粥	府城擔子麵(綠韭、豆芽菜、魚板)、肉燥魯丸、火龍果	蛋糕蜜糖捲、 麥茶
11/24 (三)	山藥蔬菜蛋餅 蛋花湯	香菇芋頭粥(香菇肉燥、芋頭丁、小蝦米)、香蕉	鍋燒意麵
11/25 (四)	五穀蔬菜粥	高麗菜豬肉水餃(高麗菜、蔥花、絞肉)、酸筍雞丁湯、芭樂	薏仁紅豆湯
11/26 (五)	芹香蘿蔔糕湯	鮮蔬果香漢堡(大陸妹、蘋果、炸肉片、煎蛋)、玉米濃湯	枸杞麵線
11/29 (一)	敲敲蛋、味增湯	香菇玉米高麗菜素悶飯(香菇、玉米粒、高麗菜、素肉燥)、蘿蔔貢丸湯、柿子	青菜水餃湯
11/30 (二)	蟹絲南瓜玉米濃湯	咕咕蛋芋頭肉燥蒸飯(鵝鴨蛋、櫻花蝦、芋頭絲、肉燥)、榨菜肉絲湯、木瓜	波蘿麵包 薏仁漿

◎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