

愛幼幼兒園 111 年 11 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
11/1（二）	鮮蔬雞絲麵 (白菜、魚板、秀珍菇)	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	黑糖饅頭 杏仁茶
11/2（三）	法國吐司(蛋液)、 豆漿	玉米磨菇煲粥（玉米粒、磨菇、青蔥、大骨湯底）、香蕉	冬菜鴨肉冬粉
11/3（四）	玉米蛋煎餅 (玉米、芹菜珠、蛋)	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、小番茄	綠豆豆花
11/4（五）	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、木瓜	肉燥米粉湯 (肉燥、韭綠、豆芽菜)
11/7（一）	滑蛋麻油麵線	五穀飯、京醬肉絲、海芽炒薑絲蛋、木耳炒高麗菜、胡瓜魚丸湯、芭樂	紅豆晶露薏仁
11/8（二）	芝麻煎餅 五穀米漿	香菇肉羹大滷麵（香菇、大白菜、魚漿、紅白蘿蔔、扁魚）、蘋果	烤甜甜圈
11/9（三）	全麥吐司、薏仁漿	海鮮鮮蔬粥（高麗菜、中卷、牡蠣、肉絲）、香蕉	綠豆西米露
11/10 （四）	沙其馬、蔬果湯 (番茄、白菜、豆腐)	營養糙米飯、蒜香雞肉絲、紅燒豆腐、鮮菇高麗菜、海帶芽湯、番茄	莧菜銀魚粥 (莧菜、吻魚、蛋)
11/11 （五）	薯餅、麥茶	韭菜油麵炒（綠韭、蝦米、木耳、肉絲）、玉米筍菇湯、木瓜	紅豆豆花
11/14 （一）	滑蛋枸杞麵線	香香芝麻飯、酥香小雞塊、枸杞絲瓜、轟蛋玉米、木瓜龍骨湯、芭樂	什錦蔬菜粥 (玉米、高麗菜、肉燥、蛋)
11/15 （二）	早安麥片 牛奶阿華田	府城滷肉飯、海苔肉鬆、蒜蓉青江、蕃茄白菜豆腐湯、蘋果	布丁麵包 牛奶
11/16 （三）	纖蔬煎餅(蘿蔔絲、高麗菜絲、番茄丁)、 紫花湯	翠玉白菜茄汁肉燥麵疙瘩 (小白菜、鯖魚罐、肉燥)、香蕉	皮蛋瘦肉粥 (皮蛋、瘦肉、油條、蔥花)
11/17 （四）	薏仁小米粥	洋蔥鮪魚炒飯（洋蔥、青豆仁、鮪魚）、豆腐白菜鮮菇湯、番茄	茶葉蛋、味噌湯
11/18 （五）	水煮地瓜、紫菜湯	蕃茄蛋炒飯（番茄丁、蔥花、青豆仁、玉米粒、蛋）、水果茶、木瓜	八寶芹蛋粥 (穀米、肉燥、蛋、芹菜珠)
11/21 （一）	南瓜玉米粥 (南瓜、玉米、蛋)	旗魚雙玉米粉羹（旗魚漿、紅白蘿蔔、秀珍菇）、芭樂	蔥花捲 海芽湯
11/22 （二）	什錦水果穀片、 牛奶	健康糙米飯、洋蔥豬排、鮮菇芥蘭、豆乾花生小魚、金針排骨湯、蘋果	蛋糕蜜糖捲、麥茶
11/23 （三）	吻仔魚粥 (吻魚、蛋、蔥花)	高麗菜豬肉水餃 （高麗菜、蔥花、絞肉）、酸筍雞丁湯、香蕉	麻油雞絲 麵線(薑絲、雞肉丁)
11/24 （四）	鮮蔥蘇打餅、 養生米漿	香菇芋頭粥（香菇肉燥、芋頭丁、小蝦米）、番茄	鍋燒意麵 (白菜、花魚板、黑輪)
11/25 （五）	五穀蔬菜粥 (五穀米、肉燥、高麗菜)	府城擔子麵（綠韭、豆芽菜、魚板）、肉燥魯蛋、木瓜	薏仁紅豆湯
11/28 （一）	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、芭樂	枸杞麵線
11/29 （二）	山藥蔬菜蛋餅(山藥泥、高麗菜絲、蛋) 蛋花湯	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、蘋果	波蘿麵包 薏仁漿
11/30 （三）	蟹絲南瓜玉米濃湯	咕咕蛋芋頭肉燥蒸飯（鵪鶉蛋、櫻花蝦、芋頭絲、肉燥）、榨菜肉絲湯、當季水果、香蕉	青菜水餃湯 (小白菜、水餃)

◎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

\*\*介於水果供應商備貨之便利性水果總類由供應商每日變換配定

