

愛幼幼兒園 112 年 11 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
11/1 (三)	鮮蔬雞絲麵(白菜、魚板、肉片)	五穀飯、京醬肉絲、海芽炒薑絲蛋、木耳炒高麗菜、胡瓜湯、香蕉	紅豆晶露 薏仁
11/2 (四)	法國吐司(蛋液)、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	冬菜鴨肉冬粉
11/3 (五)	水煮蛋、紫菜薑絲湯	三寶燕麥飯、蒜蓉滷雞、小黃瓜炒蛋、白菜燴翅、冬瓜蛤蠣湯、木瓜	綠豆豆花
11/6 (一)	紅蘿蔔薯泥蘇打豆漿	地瓜籤飯、韭綠炒豆芽、紅蘿蔔絲煎蛋、薑絲炒白菜、牛蒡排骨湯、火龍果	肉燥米粉湯(肉末、韭綠、豆芽)
11/7 (二)	花生粉煎餅 五穀米漿	玉米磨菇煲粥(玉米粒、磨菇、青蔥、大骨湯底) 芭樂	黑糖饅頭 杏仁茶
11/8 (三)	滑蛋麻油麵線	香香芝麻飯、酥香魚排、枸杞絲瓜、轟蛋玉米、紫菜蛋花湯、香蕉	蝦皮豆腐腦(蝦皮、豆花、蛋、蔥酥)
11/9 (四)	全麥吐司、薏仁漿	海鮮鮮蔬粥(高麗菜、中卷、牡蠣、肉絲)、蘋果	綠豆西米露
11/10(五)	沙其馬、蔬果湯(蛋、番茄、高麗菜、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、木瓜	莧菜銀魚粥(莧菜、吻仔魚)
11/13(一)	滑蛋枸杞麵線	穀米飯、海帶根炒肉絲、蒜爆皇宮菜、番茄蛋、豆薯蛋蛋湯、火龍果	紅豆豆花
11/14(二)	番薯蒸餅、麥茶	韭菜油麵炒(綠韭、蝦米、木耳、肉絲)、玉米筍菇湯、芭樂	蔥花捲 牛奶
11/15(三)	早安麥片 牛奶阿華田	府城滷肉飯(海帶結、豬腿肉)、小黃瓜蛋、蒜蓉青江、蕃茄白菜湯、香蕉	什錦蔬菜粥 (玉米、雞肉絲、高麗菜)
11/16(四)	纖蔬煎餅(番茄、芹菜、豆腐)紫花湯	翠玉白菜茄汁肉燥湯麵、滷蛋(小白菜、鯖魚醬、肉燥、滷蛋)、蘋果	八寶粥(穀米、玉米、高麗菜、肉燥)
11/17(五)	薏仁小米粥	芝麻高鈣飯、咖哩雞丁、吉利豆腐、蒜香空心菜、枸杞冬瓜湯、木瓜	茶葉蛋
11/20(一)	什錦水果穀片 牛奶	番薯丁飯、茄汁魚片、高麗菜炒粉絲、蝦皮瓠瓜、薑絲白菜、蘿蔔玉米湯、火龍果	紅豆薏仁湯
11/21(二)	南瓜玉米瘦肉粥	旗魚雙玉米粉羹(旗魚漿、紅白蘿蔔、秀珍菇)、芭樂	鮮肉包 海芽湯
11/22(三)	水煮地瓜、紫菜湯	健康糙米飯、洋蔥雞絲、鮮菇芥蘭、豆乾花生小魚、金針排骨湯、香蕉	蛋糕蜜糖捲、麥茶
11/23(四)	吻仔魚滑蛋粥	高麗菜豬肉水餃(高麗菜、蔥花、絞肉)、酸筍雞丁湯、蘋果	麻油雞絲 麵線
11/24(五)	鮮蔥蘇打餅、養生豆漿	芋頭肉燥蒸飯(滷蛋、櫻花蝦、芋頭絲、肉燥) 蒜炒青江、榨菜肉絲湯、木瓜	鍋燒意麵
11/27(一)	五穀蔬菜粥(穀米、高麗菜、肉燥、蛋)	營養白米飯、花生滷肉(花生、肉丁、海帶結)、蒜米炒菠菜、開陽白菜(扁魚、白菜)、小魚莧菜湯、火龍果	薏仁豆花
11/28(二)	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	紅豆銅鑼燒
11/29(三)	南瓜玉米濃湯(南瓜、玉米、馬鈴薯、紅蘿蔔丁)	香菇玉米高麗菜素悶飯(香菇、玉米粒、高麗菜、素肉燥)、蘿蔔龍骨湯、香蕉	枸杞雞蛋麵線
11/30(四)	山藥丁蔬菜蛋餅 蛋花湯	香菇肉羹大滷麵(香菇、大白菜、魚漿、紅白蘿蔔、扁魚)、蘋果	白菜水餃湯

◎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

