

愛幼幼兒園 113 年 11 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
11/1 (五)	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
11/4 (一)	玉米蛋煎餅 (玉米、芹菜珠、蛋)	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
11/5 (二)	法國吐司(蛋液)、 豆漿	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、水果茶	綠豆豆花
11/6 (三)	馬鈴薯薯泥蘇打餅 豆漿	烏龍海鮮炒麵 (烏龍麵、肉絲、蛤利、蝦仁、青蔥、洋蔥)、蕃茄蛋花湯、木瓜	水煮蛋、 麥茶
11/7 (四)	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 (五)	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	小籠包、 冬瓜茶
11/11 (一)	沙琪瑪、蔬果湯 (番茄、白菜、豆腐)	海鮮鮮蔬粥 (高麗菜、中卷、牡蠣、肉絲)、香蕉	綠豆西米露
11/12 (二)	全麥吐司、薏仁漿	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)
11/13 (三)	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 (四)	滑蛋枸杞麵線	香香芝麻飯、酥香小雞塊、枸杞絲瓜、烘蛋玉米、木瓜龍骨湯、芭樂	葡萄乾菜燕
11/15 (五)	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	奶油餐包 蛋花湯
11/18 (一)	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 (小白菜、鯖魚罐、肉燥)、香蕉	蜂蜜蛋糕、豆漿
11/19 (二)	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
11/20 (三)	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	桂圓紅豆粥
11/21 (四)	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 (五)	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	沙其馬 養生枸杞茶
11/25 (一)	叻仔魚粥 (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	紅豆麥片粥
11/26 (二)	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	地瓜粉角湯
11/27 (三)	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 (四)	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 (五)	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	椰香饅頭 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

**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

