

臺南市私立資優生幼兒園 111學年度 11月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	水果					
10/31	一	銀絲卷、豆漿	海鮮竹筍飯湯(香菇、木耳、肉絲、竹筍、花枝、魚丸、蛤仔、魚板片)	柳丁	紅豆西米露(紅豆、西谷米、紅糖)	○	○	○	○
11/01	二	台式大滷麵(香菇、木耳、胡蘿蔔、豬肉、白菜、蛋)	養生菇菇飯(肉絲、香菇、金針菇、鴻喜菇)、高麗菜、冬瓜蛤仔湯	柳丁	浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯)	○	○	○	○
11/02	三	小鮮肉包、牛奶	香煎糖醋肉(肉片、紅蘿蔔、洋蔥)、空心菜、蔥花貢丸湯	柳丁	養身薏仁湯	○	○	○	○
11/03	四	葡萄吐司、豆漿	客家小炒(豆干、蔥、魷魚、肉絲)、油菜、香菇雞肉湯	柳丁	蘿蔔貢丸湯(白蘿蔔、小貢丸、韭菜末)	○	○	○	○
11/04	五	蔬菜煎餅(紅蘿蔔絲、高麗菜、蛋)	鍋燒烏龍麵(小白菜、肉絲、蟹肉棒、大骨、魚板片、蛋花)	柳丁	甜愛玉	○	○	○	○
11/07	一	蘿蔔糕炒蛋	肉絲蛋炒飯(肉絲、蛋、紅蘿蔔、蔥)、冬瓜排骨湯	蘋果	黑糖小珍珠	○	○	○	○
11/08	二	草莓吐司、牛奶	蠔油豆干肉絲(蔥、豆干、肉絲)、高麗菜、海帶味噌湯	蘋果	日式關東煮(昆布高湯、竹輪、油豆腐、白蘿蔔)	○	○	○	○
11/09	三	時蔬冬粉(芹菜、洋蔥、肉絲、胡蘿蔔、雞蛋)	大黃瓜燴飯(香菇、木耳、大黃瓜、鳥蛋、肉絲、金針菇、小白菜)、魚丸湯	蘋果	紅豆湯	○	○	○	○
11/10	四	小餐包、豆漿	蒜頭雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉)、尼龍菜、白菜蛋花湯	蘋果	水煮玉米	○	○	○	○
11/11	五	雞蛋饅頭、牛奶	廣東粥(花枝、魚柳、高麗菜、蔥、皮蛋、肉絲)	蘋果	冬瓜山粉圓	○	○	○	○
11/14	一	滑蛋麵線(豌豆、雞肉、滑蛋)	海鮮時蔬雞絲湯麵(雞絲麵、肉絲、蛤仔、花枝、小白菜、鳥蛋、魚板片)	芭樂	珍珠冬瓜茶	○	○	○	○
11/15	二	甜麥片、牛奶	海帶滷肉(海帶結、豬肉)、冬白菜、蔬菜蛋花湯	芭樂	韭菜魚丸湯(魚丸、韭菜)	○	○	○	○
11/16	三	黑糖饅頭、牛奶	南洋咖哩雞(雞肉、咖哩塊、洋蔥、馬鈴薯)、高麗菜、冬瓜蛤仔湯	芭樂	綠豆湯	○	○	○	○
11/17	四	全麥吐司、豆漿	什錦肉絲燴飯(白飯、肉絲、洋蔥、紅蘿蔔、芥藍菜)、豆薯肉絲湯	芭樂	香菇肉羹(肉羹、香菇、高湯)	○	○	○	○
11/18	五	地瓜燕麥粥(地瓜、紅蘿蔔、鴻喜菇、綠花椰、燕麥)	雞絲蛋炒飯(白飯、雞絲、雞蛋、蕃茄、洋蔥、毛豆)、白玉排骨湯	芭樂	清涼仙草蜜	○	○	○	○
11/21	一	奶皇包、豆漿	玉米肉絲蛋炒飯(肉絲、蛋、洋蔥、玉米、紅蘿蔔、青豆)、香菇雞湯	香蕉	小米粥	○	○	○	○
11/22	二	魚皮麵線(薑絲、虱目魚皮、麵線)	雙色滷肉(五花肉、紅蘿蔔、白蘿蔔、海帶片)、空心菜、白菜豆腐湯	香蕉	麻油麵線(薑片、麻油、麵線)	○	○	○	○
11/23	三	雞蛋饅頭、牛奶	香菇肉燥飯(絞肉、香菇、紅蘿蔔、紅蔥頭)、油菜、玉米排骨湯	香蕉	檸檬愛玉	○	○	○	○
11/24	四	奶酥吐司、豆漿	客家小炒(蔥、魷魚、五花肉、豆干)、菠菜、榨菜肉絲湯	香蕉	牛奶餅乾、麥茶	○	○	○	○
11/25	五	嘴邊肉冬粉湯(米粉、芹菜末、豆腐、嘴邊肉、豆芽菜)	香菇雞肉粥(香菇、雞肉、紅蘿蔔、蛋、蔥、高麗菜)	香蕉	芙蓉湯餃(菠菜粒、蛋、肉末水餃)	○	○	○	○
11/28	一	蟹蚌魚肉粥(魚片、蟹肉棒、香菇、蔥花)	香腸蛋炒飯(香腸、蛋、玉米、蔥、紅蘿蔔、青豆)、山藥排骨湯	蘋果	紅豆紫米	○	○	○	○
11/29	二	芋頭吐司、豆漿	筍干滷肉(五花肉、車輪、筍干)、油菜、金針肉絲湯	蘋果	浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯)	○	○	○	○
11/30	三	鮮奶饅頭、牛奶	咖哩肉絲(馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、肉絲、高麗菜)、紫菜蛋花湯	蘋果	玉米濃湯(玉米粒、火腿、蛋)	○	○	○	○
12/01	四	全麥吐司、豆漿	三杯雞(杏鮑菇、雞肉、紅蘿蔔、九層塔)、空心菜、豆腐味噌湯	蘋果	時蔬炒麵(菠菜、肉絲、胡蘿蔔、雞蛋、芝麻)	○	○	○	○
12/02	五	芙蓉麵線(菠菜粒、蛋、麵線)	雙蛋瘦肉粥(白飯、肉絲、雞蛋、皮蛋、杏鮑菇、青蔥)	蘋果	黑糖小珍珠	○	○	○	○

※本園一律使用國產豬，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！