

臺南市私立資優生幼兒園 112學年度 11月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	蛋類	肉類	豆類	蔬菜類	水果類
			主食	水果							
11/6	一	牛奶饅頭、牛奶	什錦麵(關廟麵、肉絲、香菇、木耳、紅蘿蔔、豆芽菜)	蘋果	五穀粥	○	○	○	○	○	○
11/7	二	全麥吐司、豆漿	南瓜飯、車輪滷肉(車輪、肉丁、紅蘿蔔)、味噌豆腐湯	蘋果	銀耳湯(白木耳、枸杞)	○	○	○	○	○	○
11/8	三	海帶魚肉粥(海帶、魚柳、蔥)	糙米飯、花瓜雞肉(雞胸肉丁、花瓜、紅蘿蔔)、油菜、排骨蓮子湯(龍骨)	香蕉	蔬菜米粉湯(高麗菜、紅蘿蔔、香菇)	○	○	○	○	○	○
11/9	四	小餐包、牛奶	白飯、豆腐滷肉(肉丁、油豆腐、紅蘿蔔)高麗菜、紫菜蛋花湯	香蕉	薏仁湯	○	○	○	○	○	○
11/10	五	鍋燒意麵(青菜、蛋)	玉米蛋炒飯(肉絲、玉米、雞蛋、紅蘿蔔)、筍絲湯	蘋果	芙蓉麵線(蛋、麵線)	○	○	○	○	○	○
11/13	一	美濃板條(肉絲、白菜、蛋)	白飯、咖哩(肉絲、紅蘿蔔、馬鈴薯、洋蔥)冬瓜湯	芭樂	紅豆湯	○	○	○	○	○	○
11/14	二	鮮奶吐司、牛奶	糙米飯、麻婆豆腐(絞肉、豆腐、蔥)高麗菜、玉米排骨湯(玉米粒、龍骨)	芭樂	蔬菜麵(白菜、雞蛋、肉絲)	○	○	○	○	○	○
11/15	三	雞蛋饅頭、豆漿	小米飯、豆干燒肉(豆乾丁、肉丁、馬鈴薯)炒豆芽、蛋花湯	香蕉	綠豆湯	○	○	○	○	○	○
11/16	四	草莓吐司、牛奶	白飯、肉末杏鮑菇(絞肉、杏鮑菇、冬粉、紅蘿蔔)、小白菜、刺瓜魚丸湯	香蕉	鮮魚粥(鯛魚片、小白菜、蔥)	○	○	○	○	○	○
11/17	五	芋頭鹹粥(芋頭、肉絲)	炒米粉(肉絲、香菇、紅蘿蔔、高麗菜)蘿蔔肉絲湯	香蕉	玉米濃湯(玉米粒、洋蔥、馬鈴薯丁)	○	○	○	○	○	○
11/20	一	肉絲冬粉(肉絲、白菜)	洋蔥肉絲炒飯(肉絲、洋蔥、玉米、紅蘿蔔)金針蛋花湯	蘋果	紅豆紫米粥	○	○	○	○	○	○
11/21	二	葡萄吐司、牛奶	紫米飯、筍乾滷肉(肉丁、筍乾、白蘿蔔)炒油菜、紫菜湯	蘋果	檸檬愛玉	○	○	○	○	○	○
11/22	三	芝麻饅頭、豆漿	白飯、日式燉肉(肉丁、洋蔥、紅蘿蔔、馬鈴薯)豆芽、魚湯(魚柳、魚丸)	蘋果	關東煮(黑輪、白蘿蔔)	○	○	○	○	○	○
11/23	四	芙蓉湯餃(雞蛋、水餃)	糙米飯、蔥燒豆干(肉丁、青蔥、豆乾丁、杏鮑菇)高麗菜、蘿蔔湯	西瓜	絲瓜麵線	○	○	○	○	○	○
11/24	五	吻仔魚粥(吻仔魚、芹菜末)	鍋燒雞絲麵(蛋、小白菜、蔥、肉絲、蟹蚌、魚板)	西瓜	小米粥	○	○	○	○	○	○
11/27	一	肉絲滑蛋粥	大滷麵(關廟麵、肉絲、筍絲、紅蘿蔔、金針菇、木耳、魚丸片、香菇)	西瓜	麥片粥	○	○	○	○	○	○
11/28	二	紅豆吐司、豆漿	糙米飯、蠔油肉丁(肉丁、紅蘿蔔、海帶片、洋蔥)高麗菜、玉米蛋花湯	蘋果	南瓜濃湯(南瓜、玉米粒、馬鈴薯)	○	○	○	○	○	○
11/29	三	小芋泥包、豆漿	小米飯、雞肉杏鮑菇(雞肉、杏鮑菇、青豆)空心菜、豆薯蛋花湯	蘋果	枸杞麵線	○	○	○	○	○	○
11/30	四	海鮮麵(魚柳、蟹肉棒、小白菜)	白飯、醬燒豆干(肉丁、豆乾丁、紅蘿蔔、馬鈴薯)小白菜、筍絲肉絲湯	芭樂	仙草凍	○	○	○	○	○	○
12/1	五	全麥吐司、牛奶	火腿蛋炒飯(肉絲、火腿丁、洋蔥、雞蛋、紅蘿蔔)蘿蔔肉絲湯	芭樂	綠豆薏仁湯	○	○	○	○	○	○
12/4	一	滑蛋菇菇粥(金針菇、雞蛋)	肉羹麵(肉絲、魚羹、筍絲、金針菇、紅蘿蔔、白蘿蔔、雞蛋)	西瓜	麻油麵線(雞蛋、麵線)	○	○	○	○	○	○
12/5	二	芋頭吐司、牛奶	糙米飯、三杯雞(雞肉丁、米血、紅蘿蔔、九層塔)空心菜、冬瓜肉絲湯	蘋果	紫米粥	○	○	○	○	○	○
12/6	三	魚肉冬粉(魚柳、小白菜)	地瓜飯、蔥爆肉絲(肉絲、豆干絲、洋蔥)高麗菜、榨菜肉絲湯	蘋果	五穀粥	○	○	○	○	○	○
12/7	四	鮮奶吐司、豆漿	紫米飯、梅干扣肉(肉丁、梅乾菜、車輪)高麗菜、味噌豆腐湯	芭樂	香菇魚羹(魚羹、香菇、筍絲)	○	○	○	○	○	○
12/8	五	黑糖饅頭、鮮奶	肉絲炒飯(肉絲、紅蘿蔔、青豆、玉米)、紫菜蛋花湯	芭樂	肉絲板條(肉絲、高麗菜)	○	○	○	○	○	○

※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！