 臺南市私立天資幼兒園

112學年度第一學期11月份餐點表

| 日期 | 星期 | 上午  點心  9:00 | 午 餐  11:30 | 水果 | 下午  點心15:00 | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 11/1 | 三 | 鍋燒冬粉  冬粉.蘿蔔絲.高麗菜.洋蔥.蔥 | 咖哩豬肉燴飯+炒地瓜葉+蘿蔔排骨湯  白米.豬肉.花椰菜.青豆仁.紅蘿蔔丁.咖哩.白蘿蔔.大骨.地瓜葉 | 西瓜 | 銀芽豆腐羹  豆腐.豆芽菜.豬肉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/2 | 四 | 火腿歐姆蛋  火腿.玉米.雞蛋.蔥 | 醬燒肉絲燴麵+小白菜炒香菇  麵.香菇.豬肉.洋蔥.高麗菜.木耳.小白菜.紅蘿蔔絲 | 西瓜 | 蔬菜煎餅  紅蘿蔔絲.小白菜.洋蔥.  麵粉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/3 | 五 | 木耳鮮菇湯  黑木耳.香菇.秀珍菇. | 廣東粥+炒空心菜  白米.南瓜.牛奶.豬肉.空心菜 | 西瓜 | 珍珠甜湯  珍珠、二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/6 | 一 | 絲瓜麵線  絲瓜.麵線.薑絲 | 海產粥  白米、魚、花枝、魚丸、筍絲、香菇 | 柳丁 | 奶油吐司＋冬瓜茶  吐司.奶油.冬瓜塊 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/7 | 二 | 滑蛋鮮蔬粥  白米.雞蛋.蘿蔔.青豆仁.玉米 | 三鮮炒麵+紫菜魚丸湯  蝦.花枝.魚.木耳.洋蔥.紅蘿蔔.鐵板麵.紫菜.雞蛋.魚丸 | 柳丁 | 紅豆薏仁湯  紅豆.薏仁.砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/8 | 三 | 青蔬意麵羹  高麗菜.意麵. 紅蘿蔔.木耳.洋蔥 | 肉絲蛋炒飯+炒高麗菜+紫菜蛋花湯  白米.香腸.洋蔥.蘿蔔絲.高麗菜.紫菜.雞蛋.蔥花 | 柳丁 | 蔬菜蛋捲  雞蛋.小白菜 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/9 | 四 | 火腿玉米蛋  火腿丁.雞蛋.玉米 | 榨菜肉絲湯麵  麵條.榨菜絲.小白菜.芹菜.油蔥酥.豬肉 | 柳丁 | 日式關東煮  芹菜、黑輪、米血、小鳥蛋、菜頭 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/10 | 五 | 油豆腐細粉  冬粉.油豆腐.紅蘿蔔.蔥. | 高麗菜肉末滑蛋粥  白米.高麗菜.豬肉.雞蛋.洋蔥.紅蘿蔔.玉米.豌豆 | 柳丁 | QQ地瓜湯  地瓜、粉角、二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/13 | 一 | 雞蓉翡翠濃湯  菠菜、芹菜、雞肉、豌豆仁、雞蛋 | 黃金奶香南瓜瘦肉粥  白米、南瓜、鮮奶、香菇、國產豬肉、玉米、高麗菜 | 芭樂 | 法國吐司＋麥茶  雞蛋.吐司.麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/14 | 二 | 芙蓉雞汁粥  白米.玉米.翡翠.雞肉.蔥 | 奶油培根燴麵  白米.奶油.培根.香菇.洋蔥.高麗菜 | 芭樂 | 地瓜綠豆湯  地瓜.綠豆.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/15 | 三 | 香煎蘿蔔糕  醬油.蘿蔔糕.蔥 | 蠔油豆干肉燥飯+炒豆芽菜+味噌海帶芽湯  白米.豆干.豬肉.蠔油.海帶芽.味噌.小魚乾.洋蔥.蔥花.豆芽菜 | 芭樂 | 絲瓜麵線  絲瓜.薑絲.麵線 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/16 | 四 | 吻仔魚菠菜粥  菠菜.吻仔魚.白米 | 柴魚風味關東煮烏龍麵  烏龍麵.柴魚.黑輪.花枝羹.紅蘿蔔.洋蔥.醬油. | 芭樂 | 芹菜黑輪湯  芹菜.黑輪.米血.菜頭.排骨 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/17 | 五 | 鮮蔬豬肉意麵  意麵.豬肉.紅蘿蔔.高麗菜 | 鮮燉虱目魚粥  白米.虱目魚肉.豬肉.花枝.芹菜.高麗菜.洋蔥 | 芭樂 | 黑糖粉圓湯  黑糖.二砂糖.粉圓 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/20 | 一 | 韭香蘿蔔糕湯  韭菜.蘿蔔糕.豆芽菜. | 海鮮滑蛋粥+炒青江菜  蝦.花枝.雞蛋.玉米.洋蔥.香菇.青江菜.姜絲 | 香蕉 | 草莓吐司+冬瓜茶  吐司.草莓果醬.冬瓜塊 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/21 | 二 | 青豆仁烘蛋  火腿.玉米.雞蛋.蔥.青豆仁 | 蔥爆三鮮燴麵+紫菜蛋花湯  蝦.花枝.魚.木耳.洋蔥.紅蘿蔔.鐵板麵.紫菜.雞蛋 | 香蕉 | 桂圓紅豆湯  黑糖.紅棗.桂圓.二砂糖.紅豆 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/22 | 三 | 鍋燒雞絲麵  雞絲麵.小白菜.豬肉 | 彩椒蔬菜豬肉蛋炒飯+冬瓜薑絲湯  白米.彩椒.高麗菜.洋蔥紅蘿蔔.雞蛋.豬肉.冬瓜.薑絲 | 香蕉 | 八寶甜湯  紅豆.綠豆.大豆.薏仁.麥片.二砂糖. | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/23 | 四 | 芙蓉雞汁粥  白米.玉米.翡翠.雞肉.蔥 | 豚香筍絲大滷麵  麵.雞蛋.肉羹.豆芽菜.高麗菜.筍絲.豬肉.木耳.紅蘿蔔 | 香蕉 | 玉米濃湯  玉米.火腿.牛奶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/24 | 五 | 洋蔥炒蛋  雞蛋.火腿.青豆.洋蔥 | 精燉魚骨海鮮時蔬粥  白米.虱目魚肉.虱目魚骨.花枝漿.芹菜.高麗菜. | 香蕉 | QQ粉圓甜湯  粉圓.冬瓜.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/27 | 一 | 芹香魚丸羹  魚丸.芹菜.白菜 | 什錦海產粥  蝦仁、豬肉、魚肉、筍絲、白米 | 火龍果 | 吐司夾蛋＋麥茶  吐司.糖粉.麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/28 | 二 | 醬燒蘿蔔糕  蘿蔔糕.醬油.蘿蔔絲.高麗菜 | 豬肉水餃+紫菜蛋花湯  餃子皮.豬肉.高麗菜.時令蔬菜.紫菜.雞蛋.蔥花 | 火龍果 | 薏仁麥片甜湯  薏仁、麥片、紅豆、二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/29 | 三 | 香菇貢丸湯  香菇.貢丸.雞蛋.紅蘿蔔 | 茄汁蘑菇鐵板燴飯+綜合鮮蔬湯  番茄.番茄醬.香菇.豬肉.紅蘿蔔.蔥.麵.洋蔥.綜合菇.高麗菜 | 火龍果 | 洋芋濃湯  馬鈴薯.玉米.紅蘿蔔.雞蛋.豬肉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11/30 | 四 | 洋蔥鮪魚粥  白米.鮪魚.洋蔥.蔥花.豬肉 | 雙菇炒麵+番茄白菜豆腐湯  金針菇.鮮香菇.油麵.高麗菜.紅蘿蔔.番茄.豆腐.白菜 | 火龍果 | 翡翠蟹絲羹  菠菜.蟹絲.魚板 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

\*本園肉品皆使用國產肉品,敬請家長安心! 2023/10/31製表