

桃園市蘆竹區頂社國小附設幼兒園11月份餐點表

日期		早點	午餐							午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	一	芝麻包+冬瓜茶	五穀米飯	蜜汁肉排	油腐粉絲	彩繪佛手	青菜	田園南瓜湯	水果	蕃茄蛋花湯餃	√	√	√	√
2	二	蔬菜瘦肉粥	小米飯	義式燉魚	玉米炒蛋	白菜滷	青菜	芹香蘿蔔湯	水果	古早味蛋糕+鮮奶	√	√	√	√
3	三	義大利肉醬通心麵	千島香鬆飯	三杯豆干肉片	翠炒雞柳	茶碗蒸	青菜	薏仁排骨湯	水果	菠蘿麵包+光泉豆漿	√	√	√	√
4	四	鍋燒雞絲麵	香Q白飯	蒜滷雞腿	醬冬瓜肉末	四彩時蔬	青菜	玉米巧達濃湯	水果	地瓜綠豆湯	√	√	√	√
5	五	炒米粉	燕麥飯	海結滷肉	沙茶福州丸	茄汁燉洋芋	青菜	大瓜雞丁湯	水果	炸花枝丸+海芽蛋花湯	√	√	√	√
8	一	小肉包+麥茶	什錦炒麵	塔香腿排	麻婆豆腐	高麗炒鮮菇	青菜	結頭排骨湯	水果	水煮蛋+黃瓜肉絲湯	√	√	√	√
9	二	蘿蔔糕+白菜蛋花湯	糙米飯	壽喜燒肉片	紅絲炒蛋	黑椒炒芽菜	青菜	味噌海芽湯	水果	葡萄吐司+低糖豆漿	√	√	√	√
10	三	肉絲蛋炒飯	香Q白飯	麻香雞丁	黃瓜肉片	沙茶滷味	青菜	竹筍排骨湯	水果	羅宋麵包+冬瓜茶	√	√	√	√
11	四	豬肉絲瓜麵線	香Q白飯	南瓜咖哩魚	滷蛋肉末	蒜香海根	青菜	綠豆薏仁湯	水果	客家板條湯	√	√	√	√
12	五	水餃+牛蒡肉絲湯	胚芽米飯	醬燒雞腿	打拋肉	鮮菇瓠瓜	青菜	酸辣湯	水果	玉米脆片+鮮奶	√	√	√	√
15	一	黑糖小饅頭+柚子茶	麻香肉絲炒飯	香酥豬排	玉米雞蓉	三杯麵腸	青菜	山藥排骨湯	水果	客家炒板條	√	√	√	√
16	二	稀飯+肉鬆+鮮菇麵筋	香Q白飯	迷迭香雞腿	紅麴肉燥	洋蔥炒蛋	青菜	小魚海芽湯	水果	芋泥包+光泉鮮奶	√	√	√	√
17	三	日式炒麵	香Q白飯	小瓜肉片	日式蒸蛋	蜜汁黑豆干	青菜	肉羹湯	水果	鍋貼+酸辣湯	√	√	√	√
18	四	肉絲米粉湯	燕麥飯	豆瓣魚丁	柴香花枝燒	蒜香培根洋芋	青菜	紅豆紫米湯	水果	玉米濃湯麵	√	√	√	√
19	五	小米粥+紅絲炒蛋	香Q白飯	照燒雞丁	螞蟻上樹	糖醋肉丸子	青菜	刺瓜排骨湯	水果	滷味	√	√	√	√
22	一	牛奶球+小果汁	糙米飯	薑燒味噌肉片	韓式豆腐煲	鮮菇白菜	青菜	芙蓉濃湯	水果	菠蘿麵包+純濃燕麥	√	√	√	√
23	二	雲吞麵	香Q白飯	奶香南瓜雞	鮮味蝦排	雪蓮子麵筋	青菜	佛手肉片湯	水果	鍋貼+蘿蔔湯	√	√	√	√
24	三	奶油雞肉義大利麵	海苔肉鬆飯	黑胡椒滷排骨	芹香素雞	海山醬煮大根	青菜	榨菜肉絲湯	水果	雞塊+冬瓜茶	√	√	√	√
25	四	吻魚蔬菜粥	紫米飯	五香棒腿	金黃肉末	塔香海龍	青菜	味噌湯	水果	牛角麵包+光泉鮮奶	√	√	√	√
26	五	玉米肉茸蛋炒飯	胚芽米飯	炸魚排	番茄炒蛋	滷雙味	青菜	冬瓜排骨湯	水果	綠豆米苔目甜湯	√	√	√	√
29	一	馬鈴薯排骨湯	麥片飯	義式燉肉	紅仁高麗	干片小炒	青菜	香菇雞湯	水果	擔仔麵	√	√	√	√
30	二	芋頭糕+黃瓜肉絲湯	香Q白飯	蠔香雞翅	咖哩肉燥	黃瓜魚丸	青菜	玉米蛋花湯	水果	關東煮	√	√	√	√

本菜單會因應季節、課程及活動作進行微調，將不另行告知，盡請見諒！

★本園一律使用國產豬、雞、牛肉食材