

天主教 育仁 幼兒園 十一 月份營養餐點表 111.11.1-111.11.30

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	二	什錦粥	馬鈴薯燉肉、菜脯蛋、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
2	三	蔬菜米苔目	肉絲炒河粉、山藥湯、季節水果	甜豆花	✓	✓	✓	✓
3	四	油豆腐冬粉湯	冬瓜燉肉、滷白菜、時令青菜、蔬菜湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
4	五	鮮蔬粥	咖哩雞肉飯、大黃瓜湯、季節水果	西米露	✓	✓	✓	✓
7	一	絲瓜麵線	醬燒肉片、醬爆干丁、時令青菜、蕃茄蛋花湯、季節水果	小湯圓	✓	✓	✓	✓
8	二	山藥粥	洋蔥豬柳、韭菜炒銀芽、時令青菜、玉米湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
9	三	蘿蔔糕湯	夏威夷肉絲炒飯、蔬菜貢丸湯、季節水果	芋頭圓	✓	✓	✓	✓
10	四	廣東粥	馬鈴薯燉肉、原味蒸蛋、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
11	五	皮蛋瘦肉粥	酢醬麵、涼拌小黃瓜、青菜蛋花湯、季節水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
14	一	地瓜粥	肉燥飯、燜南瓜、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓
15	二	湯餃	紅燒獅子頭、滷蛋、時令青菜、鮮筍湯、季節水果	大滷麵	✓	✓	✓	✓
16	三	蔬菜粥	香菇肉羹飯、味噌豆腐湯、季節水果	地瓜圓	✓	✓	✓	✓
17	四	什錦麵	洋芋絞肉、滷豆干、時令青菜、魚丸湯、季節水果	米苔目甜湯	✓	✓	✓	✓
18	五	玉米蔬菜粥	義大利肉醬麵、玉米濃湯、季節水果	銀耳蓮子湯	✓	✓	✓	✓
21	一	肉鬆粥	木須炒肉絲、炒甜不辣、時令青菜、金針湯、季節水果	粉圓湯	✓	✓	✓	✓
22	二	陽春麵	蔥爆里肌肉、洋蔥炒蛋、時令青菜、黃豆芽湯、季節水果	紫米甜粥	✓	✓	✓	✓
23	三	魚丸湯	高麗菜鮮肉水餃、海芽蛋花湯、季節水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
24	四	玉米濃湯	玉米滑雞丁、時令青菜、青菜豆腐湯、時令水果	Q圓湯	✓	✓	✓	✓
25	五	蔬菜麵	金瓜肉絲炒米粉、黃豆芽湯、季節水果	番薯養生湯	✓	✓	✓	✓
28	一	肉末粥	糖醋里肌肉、三色蛋、時令青菜、羅宋湯、季節水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
29	二	古早味米粉湯	瓜仔肉、鮮炒瓠瓜、時令青菜、紫菜蛋花湯、時令水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
30	三	蔬菜冬粉湯	肉絲蛋炒飯、玉米湯、季節水果	台式鹹粥	✓	✓	✓	✓

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

★本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

★本園一律使用國產豬肉食材