

天主教 育仁 幼兒園 十一 月份營養餐點表 112.11.1-112.11.30

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	三	客家板條	夏威夷肉絲蛋炒飯、青菜豆腐湯、 季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
2	四	絲瓜麵線	青椒炒肉絲、滷油豆腐、時令青菜、 海帶芽湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
3	五	蔬菜鹹粥	金瓜肉絲炒米粉、大黃瓜湯、 季節水果	粉圓湯	✓	✓	✓	✓
6	一	鮮蔬麵	義大利肉醬麵、冬瓜湯、季節水果	紫米粥	✓	✓	✓	✓
7	二	青菜 豆腐湯	高麗菜豬肉水餃、玉米湯、季節水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
8	三	高麗菜 鹹粥	玉米雞丁、螞蟻上樹、時令青菜、 羅宋湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
9	四	南瓜粥	棒棒腿、炒天婦羅、時令青菜、 貢丸湯、季節水果	甜豆花	✓	✓	✓	✓
10	五	蔬菜麵	馬鈴薯咖哩雞肉飯、海帶芽湯、 季節水果	米苔目 甜湯	✓	✓	✓	✓
13	一	地瓜粥	酢醬絞肉麵、涼拌小黃瓜、 青菜蛋花湯、季節水果	芋圓甜湯	✓	✓	✓	✓
14	二	玉米粥	瓜仔肉、螞蟻上樹、時令青菜、 大黃瓜湯、季節水果	西米露	✓	✓	✓	✓
15	三	廣東粥	高麗菜肉絲蛋炒飯、玉米湯、 季節水果	甜湯圓	✓	✓	✓	✓
16	四	擔仔麵	馬鈴薯燒肉、薑絲絲瓜、時令青菜、 蘿蔔湯、季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
17	五	油豆腐 細粉	鮮蔬肉絲炒河粉、黃豆芽湯、 季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓
20	一	滑蛋粥	蔬菜肉絲炒麵、南瓜湯、季節水果	黑糖 米苔目	✓	✓	✓	✓
21	二	肉鬆粥	洋蔥燒雞、滷海帶結、時令青菜、 羅宋湯、季節水果	養生 地瓜湯	✓	✓	✓	✓
22	三	古早味 米粉湯	玉米肉絲蛋炒飯、青菜豆腐湯、 季節水果	西米露	✓	✓	✓	✓
23	四	馬鈴薯 肉末粥	糖醋雞丁、芹香炒甜不辣、 時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	甜湯圓	✓	✓	✓	✓
24	五	蔬菜 米苔目	鮮蔬肉醬通心麵、冬瓜湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
27	一	什錦粥	青菜肉絲炒麵、蘿蔔湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
28	二	粿仔條	木須炒肉絲、五香豆干、時令青菜、 魚丸湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
29	三	慶生會	夏威夷肉絲蛋炒飯、南瓜湯、 季節水果	蔬菜 蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
30	四	魚丸冬粉	黃金柳葉魚、玉米炒紅蘿蔔、時令青菜、 大黃瓜湯、季節水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓

- ★ 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，如遇特殊狀況將會彈性調整。
- ★ 本園咖哩使用之產地為日本福岡縣。
- ★ 本園一律使用國產豬肉、牛肉食材，向芬芳食品供應商採買。