立人幼兒園109年學年度第一學期 11月份 餐點食譜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第八周 | 星期一11/2 | 星期二11/3 | 星期三11/4 | 星期四11/5 | 星期五11/6 |
|  早上點心 | 翡翠吻仔魚羹水果 | 蛋糕 豆漿 | 小西點 米漿 | 蛋花麵線 | 薯條 水果 |
|  午餐 | 黃帝豆飯 食材:黃帝豆 絞肉香菇 蝦米蔥酥 胡蘿蔔湯品:魚丸湯 | 炒麵食材:木耳、胡蘿蔔高麗菜、豬絞肉紫菜蛋花湯水果 | 波菜魩仔魚粥食材:波菜 魩仔魚絞肉 玉米胡蘿蔔 香菇水果 | 鍋燒意麵食材:意麵 豬肉絲蝦球 魚卵捲 魚板 貢丸 白菜 蛋水果 | 什錦菇炒飯食材:香菇 杏鮑菇胡蘿蔔 絞肉毛豆 湯品:榨菜肉絲湯 |
| 下午點心 | 什錦甜湯 | 麻花饅頭 麥茶 | 關東煮 | 葡蔔粥 | 水餃酸辣湯 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第九周 | 星期一11/9 | 星期二11/10 | 星期三11/11 | 星期四11/12 | 星期五11/13 |
| 早上點心 | 紅豆包水果 | 莧菜蛋花羮 | 雞塊 豆漿 | 什錦粥 | 小蛋糕 水果 |
|  午餐 | 什錦燴飯食材:胡蘿蔔、木耳、香菇、大白菜荀絲 肉羮湯品:蘿蔔排骨湯 | 麵疙瘩食材:蝦米 貢丸高麗菜 香菇胡蘿蔔水果 | 南瓜粥 食材:南瓜、豬絞肉、香菇 蔥花水果 | 鐵板麵食材:豬絞肉 洋蔥、 三色豆湯品金針排骨湯水果 | 白飯 炒食蔬滷肉燥麵筋 食材:肉燥 麵筋 雞肉捲 豬絞肉油蔥酥湯品:白菜豆腐湯 |
| 下午點心 | 果醬吐司麥茶 | 果凍布丁 | 海菜麵線 | 粉圓紅豆湯 | 關廟麵 |

※餐點食材若遇原物料缺貨將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！

立人幼兒園109年學年度第一學期11月份 餐點食譜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第10週 | 星期一 11/16 | 星期二11/17 | 星期三11/18 | 星期四11/19 | 星期五11/20 |
| 早上點心 | 小蛋糕 水果 | 熱狗 米漿 | 小饅頭包 豆漿 | 玉米濃湯 | 小餐包水果 |
| 午餐 | 高麗菜蛋炒飯食材:絞肉、蛋、胡蘿蔔絲、高麗菜 玉米湯品:白菜貢丸湯 | 什錦關廟麵食材:肉絲、關廟麵魚丸、白菜胡蘿蔔、香菇魚卵捲水果 | 芋頭粥食材:芋頭 香菇絞肉 蔥花 蝦米水果 | 炒冬粉食材:冬粉 木耳胡蘿蔔 豬肉絲高麗菜湯品:海菜蛋花湯水果 | 白飯 滷海帶豆干 炒食蔬食材:海帶 豆干魩仔魚煎蛋湯品:青菜鮮菇湯 |
| 下午點心 |  蛋花麵線 | 黑糖饅頭 麥茶 |  餅乾 養生茶 | 玉米肉末粥 |  綠豆西米露 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第11周 | 星期一 11/23 | 星期二11/24 | 星期三11/25 | 星期四11/26 | 星期五11/27 |
| 早上點心 | 小饅頭 水果 | 雞蛋糕豆漿 | 豆沙饅頭 米漿 | 紫菜蛋花湯 | 芋頭包 水果 |
| 午餐 | 三色炒飯食材:三色豆 絞肉蝦米湯品:大黃瓜魚丸湯 | 鍋燒肉燥麵食材:木耳、胡蘿蔔香菇、魚丸、豬肉絲、意麵白菜水果 | 雞肉粥食材:白飯、雞肉、高麗菜、胡蘿蔔絲、香菇水果 | 什錦湯麵食材:木耳、胡蘿蔔香菇、魚丸、高麗菜、豬絞肉水果 | 肉絲蛋炒飯食材:蛋、豬肉絲胡蘿蔔、洋蔥湯品:竹筍排骨湯 |
| 下午點心 |  餛飩麵 | 沙琪馬麥香紅茶 |  鮮肉包 冬瓜茶 | 廣東粥 | 榨菜肉絲麵 |

※餐點食材若遇原物料缺貨將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！