**臺南市立人幼兒園113學年度第二學期11月份餐點表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日  期  星  期 | 早點  (水果) | 午餐 | 湯品 | 下午點心 | 餐點類別檢核 | | | |
| 全榖雜糧類 | 豆  魚  蛋  肉  類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 11/1  (五) | 芭樂 | 高麗菜粥  (香菇、高麗菜、胡蘿蔔、豬絞肉、芹菜) |  | 黑糖饅頭  牛奶 | v | v | v | v |
| 11/4  (一) | 芭樂 | 滑蛋雞蓉粥  (雞肉、胡蘿蔔、玉米，蛋、芹菜、金包菇) |  | 小蛋糕  牛奶 | v | v | v | v |
| 11/5  (二) | 木瓜 | 香腸炒飯  (香腸、三色豆、蛋、高麗菜) | 筍絲雞骨湯 | 什錦麵線  (紅蘿蔔、豬絞肉、蔥花、蛋) | v | v | v | v |
| 11/6  (三) | 木瓜 | 烏龍炒麵  (魚漿、胡蘿蔔、絞肉、木耳、高麗菜) | 海菜蛋花湯 | 水餃芹菜湯  (水餃、芹菜) | v | v | v | v |
| 11/7  (四) | 芭樂 | 白飯  滷肉燥(豬絞肉、豆干)  醬炒洋蔥五花肉(五花肉、洋蔥、黑輪)  炒杏鮑菇青江菜(杏鮑菇、青江菜) | 味噌豆腐白菜湯 | 菊花茶  小波蘿麵包 | v | v | v | v |
| 11/8  (五) | 蘋果 | 皮蛋瘦肉粥  (皮蛋、豬絞肉、香菇、玉米粒、胡蘿蔔、芹菜) |  | 紅豆牛奶 | v | v | v | v |
| 11/11  (一) | 芭樂 | 芋頭粥  (芋頭、豬絞肉、蝦米、香菇、豆皮、蔥花) |  | 雞蛋布丁 | v | v | v | v |
| 11/12  (二) | 木瓜 | 咖哩雞肉炒飯  (咖哩、雞肉、蛋、高麗菜、洋蔥、玉米、胡蘿蔔、毛豆) | 冬瓜蛤蜊湯 | 翡翠魩魚羹  (翡翠、魩魚、蛋) | v | v | v | v |
| 11/13  (三) | 木瓜 | 關廟麵  (肉絲、麵、魚丸、白菜、胡蘿蔔、香菇、魚卵捲) |  | 蘿蔔糕湯  (蘿蔔糕、白菜、油蔥酥) | v | v | v | v |
| 11/14  (四) | 芭樂 | 雜糧飯  滷豆干海帶(豆干、海帶)  糖醋雞肉球  炒青江菜魩仔魚(青江菜、魩仔魚) | 蒜味味噌雕魚湯 | 起司麵包  牛奶 | v | v | v | v |
| 11/15  (五) | 蘋果 | 南瓜飯  (南瓜、香菇、蝦米、油蔥酥、豬絞肉) | 海菜蛋花湯 | 關東煮  (黑輪、米血、菜頭) | v | v | v | v |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日  期  星  期 | 早點  (水果) | 午餐 | 湯品 | 下午點心 | 餐點類別檢核 | | | |
| 全榖雜糧類 | 豆  魚  蛋  肉  類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 11/18  (一) | 木瓜 | 南瓜粥  (南瓜、豬絞肉、蝦米、香菇、豆皮) |  | 餛飩湯  (餛飩、白菜) | v | v | v | v |
| 11/19  (二) | 芭樂 | 三色魩仔魚蛋炒飯  (胡蘿蔔、青豆、玉米粒、豬絞肉、蛋、魩仔魚) | 白菜豆腐湯 | 蘋果麵包  牛奶 | v | v | v | v |
| 11/20  (三) | 木瓜 | 什錦拉麵  (胡蘿蔔、香菇、魚丸、豬肉絲、魚板、白菜) |  | 酸辣湯  (豆腐、胡蘿蔔、木耳、筍絲、蛋) | v | v | v | v |
| 11/21  (四) | 芭樂 | 香鬆飯(白米、海苔香鬆)  滷油豆腐(滷蛋、豬絞肉)  炒鮮菇小松菜 | 味噌海帶芽湯 | 紅豆湯圓 | v | v | v | v |
| 11/22  (五) | 蘋果 | 什錦蛋炒飯  (絞肉、玉米筍、杏鮑菇、豆皮、小黃瓜、胡蘿蔔、蛋) | 味噌豆腐鯛魚湯 | 果醬吐司  牛奶 | v | v | v | v |
| 11/25  (一) | 柳丁 | 蔬菜鯛魚粥  (鯛魚、洋蔥、蛋、豬絞肉、馬鈴薯、胡蘿蔔、小松菜) |  | 南瓜麵  (南瓜、豬絞肉、香菇、胡蘿蔔、蔥花) | v | v | v | v |
| 11/26  (二) | 木瓜 | 白飯  滷肉燥(豬肉燥、冬瓜、鳥蛋、胡蘿蔔、油豆腐、貢丸、油蔥酥) | 味噌鯛魚豆腐湯 | 蛋餅  牛奶 | v | v | v | v |
| 11/27  (三) | 柳丁 | 茄汁魚湯麵  (香菇、胡蘿蔔、虱目魚丸、魚罐頭、韭菜) |  | 鮮肉包  菊花茶 | v | v | v | v |
| 11/28  (四) | 木瓜 | 白飯  滷瓜仔雞  (醬瓜、雞肉、麵輪)  煎海菜蛋(海菜、蛋)  炒高麗菜(高麗菜、木耳、胡蘿蔔) | 魩仔魚豆腐湯 | 綠豆薏仁 | v | v | v | v |
| 11/29  (五) | 蘋果 | 廣東粥  (胡蘿蔔、芹菜、玉米粒、香菇、豬絞肉、油條) |  | 原味豆花 |  |  |  |  |

※餐點食材含水果，若遇原物料缺貨或其他因素將以其他餐點取代，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！

(易引起過敏的食物如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品)

**本園所一律使用國產豬牛肉食材**