

成德附幼 109 年 11 月幼兒餐點表

日期	星期	上午點心	主食	主菜	副菜	青菜.水果	湯	下午點心
2	一	肉包+鮮奶	肉醬義大利麵			青菜.水果	玉米濃湯	山粉圓湯+奶油餐包
		肉包.鮮奶	義大利麵條.洋菇.洋葱.絞肉.義大利肉醬			時蔬.水果	玉米醬.玉米粒.雞蛋.奶油.白醬	山粉圓.冬瓜磚.奶油餐包
3	二	糙米粥	五穀珍寶飯	梅乾扣肉	玉米炒蛋	青菜.水果	酸不辣湯	地瓜湯+芋泥吐司
		糙米.排骨.芹菜	白米.五穀珍寶	豬肉.梅乾菜	玉米粒.雞蛋	時蔬.水果	豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋	地瓜.黑糖.芋泥吐司
4	三	火鍋湯	有機白米飯	豆豉蒸魚	客家小炒	青菜.水果	竹筴雞湯	五穀雜糧饅頭+低糖豆漿
		玉米.高麗菜.豬肉片.金針菇.魚板.蝦餃	白米.有機米	鱈魚.豆豉	肉絲.芹菜.豆干.魷魚	時蔬.水果	竹筴.雞肉	五穀雜糧饅頭.低糖豆漿
5	四	擔仔麵	五穀珍寶飯	三杯雞	雙色海絲	青菜.水果	味噌魚片湯	仙草湯+小菠蘿麵包
		意麵.絞肉.鵝蛋.韭菜.大骨	白米.五穀珍寶	雞肉.米血糕.薑	海帶絲.豆干絲.芹菜.紅蘿蔔	時蔬.水果	鹽魚片.味噌.豆腐	仙草.小菠蘿麵包
6	五	麻油雞麵線	地瓜飯	瓜仔肉	香酥花枝丸	青菜.水果	白菜鮮菇湯	海綿蛋糕+優酪乳
		麵線.雞肉.高麗菜.麻油	白米.地瓜	豬絞肉.醬瓜	花枝丸	時蔬.水果	大白菜.金針菇.紅蘿蔔.香菇	海綿蛋糕.優酪乳
9	一	鮪魚沙拉麵包+鮮奶	咖哩雞飯			青菜.水果	紫菜蛋花湯	桂圓紅棗茶+香椰吐司
		鮪魚沙拉麵包.鮮奶	白米.雞肉.紅蘿蔔.馬鈴薯.洋葱.咖哩塊			時蔬.水果	紫菜.雞蛋	桂圓乾.紅棗.香椰吐司
10	二	生日蛋糕+麥茶	五穀珍寶飯	醬爆雞丁	蒸蛋	青菜.水果	酸菜肚片湯	關東煮
		生日蛋糕.麥茶	白米.五穀珍寶	雞肉.洋葱.小黃瓜.甜麵醬	雞蛋	時蔬.水果	酸菜.豬肚	玉米.油豆腐.白蘿蔔.紅蘿蔔.貢丸
11	三	芋頭粥	有機白米飯	紅燒魚丁	韭香甜不辣	青菜.水果	蒜頭蛤蜊雞湯	果醬吐司+低糖豆漿
		白米.芋頭.肉絲.香菇.芹菜	白米.有機米	鱈魚片.蔥.薑	甜不辣.韭菜花.紅蘿蔔.木耳	時蔬.水果	雞肉.蛤蜊.蒜頭	白吐司.草莓果醬.低糖豆漿
12	四	海鮮湯麵	五穀珍寶飯	打拋豬	地瓜薯條	青菜.水果	蘿蔔排骨湯	愛玉湯+小可頌麵包
		拉麵.蝦仁.透抽.蛤蜊.小白菜	白米.五穀珍寶	絞肉.蕃茄.九層塔	地瓜條	時蔬.水果	白蘿蔔.排骨	愛玉.檸檬.小可頌麵包
13	五	牛奶饅頭+薏仁漿	地瓜飯	蒜泥白肉	滷油豆腐	青菜.水果	蓮藕排骨湯	銅鑼燒+鮮奶
		牛奶饅頭.薏仁漿	白米.地瓜	豬肉片.小黃瓜.蒜末	油豆腐.滷包	時蔬.水果	蓮藕.排骨	銅鑼燒.鮮奶
16	一	菜包+鮮奶	炒米粉			青菜.水果	貢丸湯	紅豆湯+小布麗麵包
		菜包.鮮奶	米粉.香菇.高麗菜.肉絲			時蔬.水果	香菇貢丸.芹菜	紅豆.小布麗麵包
17	二	叻仔魚粥	五穀珍寶飯	香煎豬排	香拌素雞	青菜.水果	金針排骨湯	芋香西米露+鮮奶吐司
		白米.叻仔魚.雞蛋.玉米粒	白米.五穀珍寶	豬排	素雞.木耳.紅蘿蔔.小黃瓜.芹菜	時蔬.水果	金針.排骨	芋頭.椰奶.西谷米.鮮奶吐司
18	三	牛奶銀絲卷+低糖豆漿	有機白米飯	南瓜雞丁	滷蛋	青菜.水果	山藥排骨湯	蘿蔔糕+葡萄汁
		牛奶銀絲卷.低糖豆漿	白米.有機米	雞肉.南瓜	雞蛋.滷包	時蔬.水果	山藥.排骨	蘿蔔糕.葡萄汁
19	四	米粉湯	五穀珍寶飯	柳葉魚條	五柳豆包	青菜.水果	香菇雞湯	枸杞茶+肉鬆麵包
		粗米粉.豬肉.芹菜.大骨	白米.五穀珍寶	柳葉魚條	豆包.金針菇.木耳.紅蘿蔔.芹菜	時蔬.水果	香菇.雞肉	枸杞.冰糖.肉鬆麵包
20	五	雞絲麵	地瓜飯	滷雞腿	肉末玉米	青菜.水果	黃瓜排骨湯	蜂蜜蛋糕+鮮奶
		雞絲麵.小白菜.雞蛋	白米.地瓜	雞腿.滷包	雞絞肉.玉米粒.紅蘿蔔	時蔬.水果	大黃瓜.排骨	蜂蜜蛋糕.鮮奶
23	一	運動會補假						
24	二	蛋餅+麥茶	櫻花蝦炒飯			青菜.水果	魚丸湯	蜂蜜柚子茶+起司火腿吐司
		蛋餅.麥茶	白米.櫻花蝦.雞蛋.蔥			時蔬.水果	鱈魚丸.芹菜	蜂蜜柚子茶.起司火腿吐司
25	三	水煮玉米+柳橙汁	有機白米飯	百頁燒肉	黃瓜鵝蛋	青菜.水果	鳳梨苦瓜雞湯	鮮奶布丁麵包+低糖豆漿
		玉米.柳橙汁	白米.有機米	豬肉.百頁豆腐.蔥.薑	大黃瓜.鵝蛋.貢丸.木耳.紅蘿蔔	時蔬.水果	雞肉.苦瓜.蔞鳳梨	鮮奶布丁麵包.低糖豆漿
26	四	鮮肉雲吞	五穀珍寶飯	鹹酥雞	豆豉鮮蚵豆腐	青菜.水果	青木瓜排骨湯	八寶粥
		雲吞.小白菜	白米.五穀珍寶	雞肉塊	豆腐.鮮蚵.豆豉	時蔬.水果	青木瓜.排骨	圓糯米.八寶粥.桂圓肉.黑糖
27	五	皮蛋瘦肉粥	地瓜飯	蒲燒鯛魚	蝦仁筍白筍	青菜.水果	四神湯	玉米脆片+鮮奶
		白米.肉絲.雞蛋.皮蛋	白米.地瓜	鯛魚	筍白筍.蝦仁.紅蘿蔔	時蔬.水果	四神.薏仁.排骨	玉米脆片.鮮奶
30	一	肉包+鮮奶	海鮮炒麵			青菜.水果	味噌海芽湯	綠豆湯+菠蘿吐司
		肉包.鮮奶	麵條.高麗菜.蝦仁.花枝.肉絲			時蔬.水果	味噌.豆腐.海芽	綠豆.菠蘿吐司

\* 本餐點表以幼兒作息及營養需求做規劃，並可依季節時令與活動需要彈性調整。

\* 本園一律使用國產豬、牛肉食材。