

臺北市信義區吳興國民小學附設幼兒園 113 年 11 月營養餐點表

19

日期	星期	上 午 點 心	午 餐	內 容	下 午 點 心
11/1	五	蔬 菜 濃 湯	糙米白飯、蒲燒鯛魚、紅燒豆腐、季節時蔬、筍絲排骨湯	西點麵包、優酪乳	
11/4	一	全脂鮮乳、玉米脆片	糙米白飯、炸土魷魚、螞蟻上樹、季節時蔬、海帶排骨湯	米 粉 湯	
11/5	二	青 菜 雲 吞 湯	糙米白飯、京醬肉絲、炒豆干、季節時蔬、薑絲魚片湯	蘿 蔔 排 骨 湯	
11/6	三	生日蛋糕、豆漿	海 鮮 燴 飯 、 筍 片 湯	小、肉包、優酪乳	
11/7	四	香 菇 雞 湯	糙米白飯、清蒸鱈魚、蝦仁豆腐、季節時蔬、木耳肉片湯	雞 絲 麵	
11/8	五	莧 菜 小 魚 湯	糙米白飯、馬鈴薯燒肉、炒海帶絲、季節時蔬、蘿蔔湯	西點麵包、燕麥奶	
11/11	一	鮮奶、水果穀片	糙米白飯、蘿蔔燒肉、木耳炒小黃瓜、季節時蔬、青菜蛋餃湯	什 錦 烏 龍 麵	
11/12	二	瘦 肉 粥	糙米白飯、三杯雞、滑蛋蝦仁、季節時蔬、味噌豆腐蛋花湯	綠 豆 仁 西 米 露	
11/13	三	銀 魚 豆 腐 羹	什 錦 炒 麵 、 涼 拌 小 黃 瓜 、 紫 菜 蛋 花 湯	玉 米	
11/14	四	紅 豆 麥 片 湯	糙米白飯、彩椒燴鯛魚片、芙蓉豆腐、季節時蔬、大黃瓜湯	羅 宋 湯	
11/15	五	青 菜 肉 絲 麵	糙米白飯、醬燒透抽、紅蘿蔔炒蛋、季節時蔬、冬瓜湯	西點麵包、優酪乳	
11/18	一	全脂鮮乳、玉米脆片	糙米白飯、洋蔥豬柳、蝦仁豆腐、季節時蔬、百菇湯	玉 米 排 骨 湯	
11/19	二	糙 米 排 骨 粥	糙米白飯、三杯雞、蕃茄炒蛋、季節時蔬、味噌豆腐湯	絲 瓜 米 苔 目	
11/20	三	菠 菜 鯖 魚 粥	手 工 水 餃 、 滷 蛋 、 豆 乾 、 貢 丸 蘿 蔔 湯	小 花 捲 、 豆 漿	
11/21	四	蔬 菜 濃 湯	糙米白飯、洋芋燉雞、柳瓜燴雙菇、季節時蔬、木耳肉片湯	綠 豆 薏 仁 湯	
11/22	五	海 鮮 麵	糙米白飯、炸豬排、肉末蒸蛋、季節時蔬、青菜豆腐湯	西點麵包、優酪乳	
11/25	一	鮮奶、玉米脆片	糙米白飯、栗子燒雞、鮮菇蒸蛋、季節時蔬、蕃茄黃豆芽湯	黑 糖 地 瓜 湯	
11/26	二	青 菜 雲 吞 湯	糙米白飯、香煎鮭魚、螞蟻上樹、季節時蔬、筍絲肉片湯	南 瓜 濃 湯	
11/27	三	芋 頭 肉 末 粥	義 大 利 麵 、 炒 綠 花 椰 菜 、 玉 米 蛋 花 湯	黑 糖 饅 頭 、 豆 漿	
11/28	四	什 錦 肉 片 番 茄 麵	糙米白飯、腰果雞丁、甜不辣炒小黃瓜、季節時蔬、百菇湯	味 噌 豆 腐 蛋 花 湯	
11/29	五	肉 燥 板 條	糙米白飯、瓜仔雞、金沙茭白筍、季節時蔬、紫菜蛋花湯	西點麵包、燕麥奶	

*因應特殊情況或課程需求，園方得視情況做菜單上的調整，不便之處，敬請見諒。

*每天午餐均附時令水果一份，以上餐點實寶若有不適合，請儘早通知老師。*飲品均提供無糖或低糖的飲品

*本園一律使用國產豬肉、牛肉食材



*因應特殊情況或課程需求，園方得視情況做菜單上的調整，不便之處，敬請見諒。

*每天午餐均附時令水果一份，以上餐點實寶若有不適合，請儘早通知老師。*飲品均提供無糖或低糖的飲品

*本園一律使用國產豬肉、牛肉食材

餐點組：

園主任：

校長：

幼兒園 113 年 11 月

幼兒園 113 年 11 月

幼兒園 113 年 11 月

