

臺南市私立傑仕堡幼兒園 112 學年度第一學期 112.11 月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	(三)	滑蛋麵線 (蛋、麵線)	咖哩雞肉燴飯(白飯. 高麗菜. 馬鈴薯. 洋蔥. 雞肉. 紅蘿蔔)、紫菜蛋花湯	蘋果	餛飩湯	●	●	●	●
2	(四)	小餐包+豆漿	鍋燒意麵(肉片. 火腿. 魚板. 小白菜. 花枝. 蛋)		仙草蜜	●	●	●	●
3	(五)	蛋餅+麥茶	糙米飯, 三杯杏鮑菇, 烘蛋, 蒜香高麗菜, 海帶大骨湯(杏鮑菇, 九層塔, 雞蛋, 高麗菜, 海帶)		蘿蔔糕湯(蘿蔔糕, 韭菜, 豆芽菜)	●	●	●	●
6	(一)	翡翠豆腐羹 (豆腐、青菜)	白飯, 醬爆豬排, 螞蟻上樹, 香菇雞湯, (肉片. 紅蘿蔔, 香菇, 絞肉, 高麗菜絲, 香菇雞肉)		綠豆粉條湯 (綠豆. 粉條)	●	●	●	●
7	(二)	皮蛋瘦肉粥 (皮蛋、絞肉)	餛飩湯麵(陽春麵條、餛飩. 肉燥. 韭菜. 豆芽菜)	芭樂	小米粥	●	●	●	●
8	(三)	絲瓜麵線 (絲瓜、麵線)	紫米飯、芥藍沙茶肉片、芹菜炒甜不辣、大黃瓜湯(肉片. 芥藍菜. 甜不辣. 大黃瓜)		腐皮粉絲湯	●	●	●	●
9	(四)	雞茸玉米粥 (雞肉、玉米)	酸辣湯餃(水餃. 紅蘿蔔. 木耳. 金針菇. 豬血. 筍絲)		蘿蔔米血湯	●	●	●	●
10	(五)	小籠包+麥茶	五穀飯、魚板涼拌雞絲、蒜香高麗菜. 蒜頭香菇雞湯(魚板, 雞絲, 高麗菜, 香菇, 雞胸肉)		玉米濃湯 (玉米, 蛋)	●	●	●	●
13	(一)	黃金雞肉粥 (雞肉、蛋)	茄汁義大利麵(紅醬. 紅蘿蔔. 洋蔥. 玉米筍. 高花椰菜)、香菇蘿蔔湯		鹹粥(絞肉, 高麗菜, 白米)	●	●	●	●
14	(二)	餛飩湯 (餛飩、青菜)	炒麵+金針排骨湯(油麵. 高麗菜. 紅蘿蔔絲. 香菇. 肉絲. 木耳. 金針. 排骨)		青菜豆腐羹	●	●	●	●

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
15	(三)	玉米濃湯	白飯. 玉米雞丁, 蒜香花椰菜, 薑絲蛤蜊湯 (玉米. 雞肉. 雞蛋. 花椰菜. 蛤蜊)	香蕉	當歸麵線湯	●	●	●	●
16	(四)	奶酥吐司+豆漿	美濃板條(豆芽菜. 香菇. 肉絲. 韭菜)、豆腐味噌湯		紅豆湯圓	●	●	●	●
17	(五)	肉燥板條湯 (肉燥)	香腸飯快餐(蛋炒洋蔥. 蒜香高麗菜. 香腸)、芥菜心排骨湯		草莓吐司	●	●	●	●
20	(一)	奶酥餐包+豆漿	白飯、紅燒豬排、蒜香番薯葉、紫菜蛋花湯(香腸. 番薯葉. 豆腐. 豬肉. 紫菜. 蛋)		蘿蔔黑輪湯 (蘿蔔. 黑輪)	●	●	●	●
21	(二)	蘿蔔糕湯	香菇肉燥湯麵(香菇. 肉燥. 滷蛋. 豆干. 海帶. 豆芽菜)		粉圓湯	●	●	●	●
22	(三)	豆腐粉絲湯	白飯. 麻婆豆腐, 蒜香豆芽菜, 番茄蛋花湯(絞肉, 豆腐. 豆芽, 蕃茄, 紅蘿蔔. 蛋)	鳳梨	香蔥麵線羹 (蔥花, 肉絲, 麵線)	●	●	●	●
23	(四)	奶皇包+生茶	大腸麵線羹 (大腸. 肉羹. 麵線)		檸檬愛玉凍	●	●	●	●
24	(五)	蔥油餅+豆漿	五穀飯、黑胡椒雞丁、炒青江菜、味噌豆腐湯(雞肉. 蕃茄. 青江菜. 豆腐)		香芹貢丸湯	●	●	●	●
27	(一)	香菇絲瓜粥	古早味大滷麵(木耳. 紅白蘿蔔. 魚羹. 肉絲. 大白菜. 蛋花)		油條豆腐味噌湯	●	●	●	●
28	(二)	黑糖小米粥	白飯. 滷棒棒腿. 鵪鶉蛋. 海帶. 白蘿蔔、大骨湯		海綿蛋糕	●	●	●	●
29	(三)	肉羹麵	榨菜肉絲湯麵(榨菜. 肉絲. 豆干. 小白菜)		吻仔魚粥	●	●	●	●
30	(四)	法國麵包+麥茶	白飯. 宮保雞丁. 三鮮炒菇. 蘿蔔玉米湯(雞丁. 綜合菇. 白蘿蔔. 玉米)		木瓜	芥菜粉絲湯	●	●	●

