

臺北市信義區吳興國民小學附設幼兒園 111 年 11 月營養餐點表

日期	星期	上 午 點 心	午 餐 內 容	下 午 點 心
11/1	二	蔬 菜 濃 湯	糙米白飯、蘿蔔燒肉、木耳炒小黃瓜、季節時蔬、味噌湯	檸 檬 愛 玉
11/2	三	肉 絲 雞 蛋 麵	什 錦 燴 飯、季節時蔬、蕃茄黃豆芽湯	玉 米
11/3	四	黑糖小饅頭、豆漿	糙米白飯、蒲燒鯛魚、紅燒豆腐、季節時蔬、紅棗枸杞雞湯	米 粉 湯
11/4	五	青 菜 雲 吞 湯	糙米白飯、炸豬排、毛豆炒蝦仁、季節時蔬、冬瓜蛤蜊湯	西點麵包、全脂鮮乳
11/7	一	生日蛋糕、比菲多	糙米白飯、京醬肉絲、炒豆干、季節時蔬、薑絲魚片湯	蔬 菜 蘿 蔔 小 排 湯
11/8	二	肉 燥 板 條	糙米白飯、瓜仔肉、金沙筍白筍、季節時蔬、木耳肉片湯	綠 豆 薏 仁 湯
11/9	三	菠 菜 鮭 魚 粥	糙米白飯、糖醋排骨、木耳炒黃瓜、季節時蔬、竹筍湯	銀 絲 捲、燕 麥 飲
11/10	四	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	雞 絲 麵
11/11	五	絲 瓜 米 苔 目	糙米白飯、炸土魷魚、螞蟻上樹、季節時蔬、海帶排骨湯	西點麵包、低糖優酪乳
11/14	一	鮮奶、水果穀片	糙米白飯、三杯雞、滑蛋蝦仁、季節時蔬、青菜蛋餃湯	玉 米 排 骨 湯
11/15	二	什 錦 烏 龍 麵	糙米白飯、醬燒透抽、吻魚蒸蛋、季節時蔬、冬瓜蛤蜊湯	青 菜 餛 飩 湯
11/16	三	皮 蛋 瘦 肉 粥	什 錦 炒 麵、涼拌小黃瓜、紫菜蛋花湯	小 花 捲、低 糖 豆 漿
11/17	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	香 菇 雞 湯
11/18	五	擔 仔 麵	鍋 貼、鮭 魚 味 噌 豆 腐 湯	西 點 麵 包、優 酪 乳
11/21	一	羊 奶	糙米白飯、滷雞腿、肉末蒸蛋、季節時蔬、冬瓜湯	綠 豆 仁 西 米 露
11/22	二	青 菜 肉 絲 麵	糙米白飯、炸豬排、螞蟻上樹、季節時蔬、百菇湯	羅 宋 湯
11/23	三	糙 米 排 骨 粥	手 工 水 餃、滷 蛋、豆 乾、貢 丸 蘿 蔔 湯	黑 糖 饅 頭、豆 漿
11/24	四	青 菜 雲 吞 湯	糙米白飯、京醬肉絲、鮮菇蒸蛋、季節時蔬、青菜豆腐湯	南 瓜 濃 湯
11/25	五	海 鮮 麵	糙米白飯、清蒸魚、蝦仁豆腐、季節時蔬、筍絲排骨湯	西 點 麵 包、全 脂 鮮 乳
11/28	一	全脂鮮乳、玉米脆片	糙米白飯、香煎鮭魚、螞蟻上樹、季節時蔬、木耳肉片湯	絲 瓜 米 苔 目
11/29	二	燒 賣、豆 漿	糙米白飯、腰果雞丁、甜不辣炒小黃瓜、季節時蔬、番茄蛋花湯	油 豆 腐 細 粉
11/30	三	芋 頭 肉 末 粥	糙米白飯、洋蔥豬柳、肉末蒸蛋、季節時蔬、大黃瓜排骨湯	奶 皇 包、優 酪 乳

\*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，以上餐點寶寶若有不適合，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：

幼 兒 園 教 師 黃 懿 貞

園主任：

教 師 兼 幼 兒 園 主 任 吳 永 丹

校長：

臺 北 市 信 義 區 吳 興 國 民 小 學 附 設 幼 兒 園 教 師 陳 靜 宜

