

新北市興仁國小附設幼兒園111學年度第一學期11月份菜單

		午 餐					午 點		餐點類別檢核表					
日期	星期	早 點	主 食		主 菜	副 菜 一	副 菜 二	湯	水 果					
			全穀類 根莖類	豆魚類 肉蛋類							蔬菜類	水果類		
11/1	二	雞絲麵	胚芽飯	蒜泥白肉	麻婆豆腐	有機蔬菜	金針排骨湯	時令水果	蒸蘿蔔糕+麥茶	√	√	√	√	
11/2	三	葡萄乾吐司+麥茶	素麵線			有機蔬菜		時令水果	雞蛋布丁	√	√	√	√	
11/3	四	台式鹹粥	白米飯	香菇肉燥	玉米炒蛋	有機蔬菜	羅宋湯	時令水果	關東煮	√	√	√	√	
11/4	五	餐包+豆漿	鍋貼			有機蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	起酥蛋糕+麥茶	√	√	√	√	
11/7	一	三明治+燕麥奶	地瓜飯	沙茶肉片	毛豆三丁	有機蔬菜	味噌海帶芽湯	時令水果	鍋燒意麵	√	√	√	√	
11/8	二	杯子蛋糕+麥茶	壽司			有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	義大利螺旋麵湯	√	√	√	√	
11/9	三	包餡饅頭+鮮奶	素咖哩飯			有機蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	地瓜湯	√	√	√	√	
11/10	四	滑蛋瘦肉粥	胚芽飯	清蒸魚片	客家小炒	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	生日蛋糕	√	√	√	√	
11/11	五	蛋餅+米漿	胚芽飯	蔥爆里肌肉	日式蒸蛋	有機蔬菜	金針花湯	時令水果	小兔包+豆漿	√	√	√	√	
11/14	一	玉米脆片+鮮奶	白米飯	栗子燒雞	家常豆腐	有機蔬菜	豆皮白菜湯	時令水果	雞絲麵	√	√	√	√	
11/15	二	湯餃	地瓜飯	香煎鯛魚	什錦滷味	有機蔬菜	肉羹湯	時令水果	蔥油餅+決明子茶	√	√	√	√	
11/16	三	虎皮蛋糕+米漿	胚芽飯	紅燒百頁	南瓜炒蛋	有機蔬菜	番茄蔬菜湯	時令水果	綜合QQ湯圓	√	√	√	√	
11/17	四	烏龍湯麵	地瓜飯	洋蔥豬柳	鹹蛋馬鈴薯	有機蔬菜	味噌豆腐湯	時令水果	蘇打餅乾+阿華田	√	√	√	√	
11/18	五	全麥吐司+豆漿	地瓜飯	糖醋雞丁	家常豆腐	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	小兔包+麥茶	√	√	√	√	
11/21	一	紅豆麵包+豆漿	白米飯	日式壽喜燒	蔥花炒蛋	有機蔬菜	黃瓜排骨湯	時令水果	綠豆湯	√	√	√	√	
11/22	二	南瓜粥	胚芽飯	清蒸魚片	螞蟻上樹	有機蔬菜	蘿蔔湯	時令水果	銀絲卷+決明子茶	√	√	√	√	
11/23	三	玉米脆片+鮮奶	地瓜飯	三杯素麵腸	豆皮炒香菇	有機蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	油豆腐細粉	√	√	√	√	
11/24	四	大滷麵	白米飯	京醬肉絲	玉米蒸蛋	有機蔬菜	豆腐羹	時令水果	奶皇包+薏仁漿	√	√	√	√	
11/25	五	乳酪蛋糕+麥茶	水餃			有機蔬菜	貢丸湯	時令水果	銅鑼燒+豆漿	√	√	√	√	
11/28	一	漢堡+米漿	肉絲炒麵			有機蔬菜	鮮菇湯	時令水果	玉米雞茸粥	√	√	√	√	
11/29	二	蘿蔔糕湯	地瓜飯	蘿蔔燒雞	馬鈴薯煎蛋	有機蔬菜	魚丸湯	時令水果	八寶甜湯	√	√	√	√	
11/30	三	香菇意麵	白米飯	麵輪滷海帶結	煎雞蛋豆腐	有機蔬菜	味噌海帶芽湯	時令水果	紅豆麵包+鮮奶	√	√	√	√	

承辦人:

教保員陳慧文

園主任:

教師兼張映儀
幼兒園主任

校長楊順宇

備註：(1) 為了配合學校環保減碳政策，每週三將進行蔬食日。(2) 本餐點食譜內容，將視幼兒口味、天氣氣熱、教學活動所需而隨機調整。(3) 設計者:陳老師

備註：(1) 為了配合學校環保減碳政策，每週三將進行蔬食日。(2) 本餐點食譜內容，將視幼兒口味、天氣冷熱、教學活動所需而隨機調整。(3) 設計者：陳老師

承辦人：**教保員陳慧文**

園主任：

教師張映儀
幼兒園主任

校長：

校長楊順宇