

臺北市南港國小附設幼兒園 114 年 11 月份餐點表

日期		早 點	中 餐	午 點
11/3	一	玉米脆片+鮮奶	三色藜麥飯+松子奶香雞+什錦鮮菇+有機蔬菜+番茄蔬菜湯 (雞肉,全脂奶粉,松子) (菇類,蔬菜)	蛋花雞絲麵
11/4	二	慶生蛋糕	白米飯+泡菜起司豬+蘑菇花椰+有機蔬菜+麥茶 (白菜,豬肉,起司) (青花菜,白花菜,蘑菇)	什錦水果
11/5	三	高麗菜包	小米飯+芋頭燒雞+家常豆腐+季節時蔬+早味麵線羹 (板豆腐,木耳,蔬菜) (麵線,蔬菜,柴魚片)	藍莓輕起司麵包+ 米漿
11/6	四	山型葡萄吐司	薏仁飯+五香豬排+番茄炒蛋+有機蔬菜+南瓜湯 (南瓜,蔬菜)	鮮肉雲吞湯
11/7	五	起司三明治	韓式炸醬麵+韓式炸雞年糕+炸醬乾丁+季節時蔬+海芽清湯 (麵條+雞肉,年糕+豆干,蔬菜+季節時蔬+海帶芽,蔬菜)	花生豆花
11/10	一	熱狗蛋吐司捲+ 豆漿	芋頭地瓜飯+紅燒魚丁+香菇敏豆+有機蔬菜+紅棗雞湯 (魚肉,蔬菜) (香菇,敏豆) (紅棗,蔬菜,雞肉)	番茄芽菜湯麵
11/11	二	起司蛋餅	三絲羹飯+大阪燒烘蛋+有機蔬菜+冬瓜湯 (筍子,蔬菜,紅蘿蔔)	什錦水果
11/12	三	翡翠燒賣	紫米飯+沙茶豬柳+金沙豆腐+季節時蔬+肉骨茶湯 (豬肉,沙茶醬,蔬菜) (豆腐,金針菇,蔬菜,蛋黃粉)	瑞士捲
11/13	四	烤小地瓜	紅麴飯+味噌燒雞+培香高麗+有機蔬菜+田園鮮蔬湯 (雞肉,味噌,蔬菜) (蔬菜,菇類)	紅豆鮮奶
11/14	五	雙色牛奶銀絲捲	胚芽飯+韓式燒肉+關東煮+季節時蔬+海結蔬菜湯 (貢丸,油豆腐,蔬菜) (海帶結,黃豆芽)	雞蛋布丁
11/17	一	玉米脆片+鮮奶	義大利麵+里肌肉排+番茄肉醬+有機蔬菜+玉米濃湯 (螺旋麵+豬排+豬絞肉,牛番茄+有機蔬菜+玉米粒,全脂奶粉)	小兔包+麥茶
11/18	二	玉米蛋餅	白米飯+唐揚炸雞+三杯時蔬+有機蔬菜+綠豆薏仁湯 (雞肉,地瓜) (杏鮑菇,豬血糕,九層塔)	什錦水果
11/19	三	馬拉糕	香鬆飯+梅干扣肉+芹香干絲+季節時蔬+魚丸湯 (豬肉,梅干菜,竹筍) (豆干絲,芹菜,蔬菜)	奶凍麵包+鮮奶
11/20	四	水煎包	糙米飯+卡非醬雞+韭菜銀芽+有機蔬菜+竹筍湯 (雞肉,馬鈴薯,卡非醬)	米苔目甜湯
11/21	五	滑蛋雞肉粥	三穀米飯+破布子魚丁+雞汁粉絲+季節時蔬+玉米排骨湯 (魚丁,破布子,豆腐) (雞絞肉,冬粉)	迷你愛玉
11/24	一	焦糖花捲饅頭	胚芽飯+鐵板燒肉+麵筋燒白菜+有機蔬菜+黃金南瓜湯 (豬肉,洋蔥) (南瓜,蔬菜)	蘿蔔糕湯
11/25	二	起司蛋餅	白米飯+鄉村茄汁雞+蝦仁蒸蛋+有機蔬菜+三絲湯 (雞肉,番茄,蔬菜) (竹筍,木耳,蔬菜)	什錦水果
11/26	三	草莓夾心麵包+ 豆漿	紅藜飯+味噌肉片+醬炒蘿蔔糕+季節時蔬+養生蔬菜湯 (豬肉,蔬菜,味噌) (紅棗,蔬菜)	花生豆花
11/27	四	鮮肉湯包	咖哩飯+香滷雞腿+日式咖哩+有機蔬菜+黃芽清湯 (白米+雞腿+咖哩,馬鈴薯,蔬菜+有機蔬菜+黃豆芽,蔬菜)	綠豆薏仁湯+鮮奶
11/28	五	香菇肉茸粥	玉米飯+蒜泥白肉+回鍋豆干+季節時蔬+燒仙草 (豬肉片,蒜泥,蔬菜) (蔬菜,豆干)	牛奶軟法

*餐點內容將視實際情形彈性調整 *每日皆附水果一份 週二下午點心提供水果兩份
*如幼生有過敏原食材(甲殼類、芒果、花生、牛奶和羊奶、蛋、堅果、芝麻、大豆、魚、含麩質穀物及其製品等)請家長通知導師特別留意，謝謝您！