

# 新北市立安溪國中附設幼兒園 112年11月餐點設計

| 日期   | 早上點心     | 午餐     |        |        |      | 水果     | 下午點心 |           |
|------|----------|--------|--------|--------|------|--------|------|-----------|
| 1 三  | 玉米瘦肉粥    | 什錦炒麵   |        | 香滷油豆腐  | 有機蔬菜 | 鮮菇肉片湯  | 時令水果 | 芋泥包、冬瓜茶   |
| 2 四  | 關東煮      | 白米飯    | 脆瓜蒸肉   | 番茄滑蛋   | 有機蔬菜 | 香菇雞湯   | 時令水果 | 水煮玉米      |
| 3 五  | 香煎蘿蔔糕    | 紫米飯    | 酥炸土魷魚  | 肉末蒸蛋   | 有機蔬菜 | 酸辣湯    | 時令水果 | 黑糖小饅頭     |
| 6 一  | 雞絲蛋麵     | 胚芽飯    | 糖醋雞丁   | 滷大豆干   | 有機蔬菜 | 玉米軟骨湯  | 時令水果 | 黑糖豆花      |
| 7 二  | 日式烏龍麵    | 白米飯    | 油豆腐滷肉燥 | 菜圓蛋    | 有機蔬菜 | 蛤蜊冬瓜湯  | 時令水果 | 魷魚玉米三明治   |
| 8 三  | 生日蛋糕、麥茶  | 玉米湯餃   |        | 優質雞塊   | 有機蔬菜 |        | 時令水果 | 綠豆薏仁湯     |
| 9 四  | 貢丸冬粉湯    | 白米飯    | 白醬雞丁   | 魷魚烘蛋   | 有機蔬菜 | 番茄蛋花湯  | 時令水果 | 芝麻包、低糖豆漿  |
| 10 五 |          | 地瓜飯    | 蠔油雞腿   | 蔥花蛋    | 有機蔬菜 | 蘿蔔排骨湯  | 時令水果 | 運動會餐盒     |
| 13 一 | 奶皇包、決明子茶 | 五穀飯    | 馬鈴薯燉肉  | 蝦仁炒蛋   | 有機蔬菜 | 榨菜肉絲湯  | 時令水果 | 玉米脆片、鮮奶   |
| 14 二 | 白菜雲吞湯    | 白米飯    | 玉米炒雞丁  | 滷蛋     | 有機蔬菜 | 蘿蔔貢丸湯  | 時令水果 | 胡蘿蔔吐司、米漿  |
| 15 三 | 蔥抓餅加蛋    | 咖喱雞肉燴飯 |        | 蝦捲     | 有機蔬菜 | 味噌豆腐湯  | 時令水果 | 椰奶西米露     |
| 16 四 | 鮮魚粥      | 糙米飯    | 親子雞肉丼  | 香煎豆腐   | 有機蔬菜 | 紫菜蛋花湯  | 時令水果 | 茶碗蒸       |
| 17 五 | 番茄蛋麵     | 胚芽飯    | 打拋豬肉   | 紅蘿蔔炒蛋  | 有機蔬菜 | 肉骨茶湯   | 時令水果 | 銀絲卷、燕麥飲   |
| 20 一 | 麻油麵線     | 紫米飯    | 瓜仔肉燥   | 玉米炒蛋   | 有機蔬菜 | 香菇雞湯   | 時令水果 | 醬燒小肉包     |
| 21 二 | 皮蛋瘦肉粥    | 白米飯    | 麵輪燒肉   | 螞蟻上樹   | 有機蔬菜 | 冬瓜排骨湯  | 時令水果 | 紅豆湯       |
| 22 三 | 鍋燒意麵     | 肉絲蛋炒飯  |        | 滷小雞腿   | 有機蔬菜 | 福菜肉片湯  | 時令水果 | 珍珠丸       |
| 23 四 | 清粥小菜     | 糙米飯    | 酥炸土魷魚  | 魷魚玉米   | 有機蔬菜 | 木瓜排骨湯  | 時令水果 | 葡萄吐司      |
| 24 五 | 海苔肉鬆壽司   | 胚芽飯    | 紅燒鯛魚   | 滷味拼盤   | 有機蔬菜 | 紫菜蛋花湯  | 時令水果 | 地瓜湯       |
| 27 一 | 肉燥蘿蔔糕湯   | 地瓜飯    | 蔥爆豬肉   | 醬燒豆包   | 有機蔬菜 | 貢丸蛋花湯  | 時令水果 | 黑糖馬拉糕、黑豆漿 |
| 28 二 | 鍋燒烏龍麵    | 白米飯    | 蒲燒鯛魚   | 小黃瓜甜不辣 | 有機蔬菜 | 百菇湯    | 時令水果 | 玉米脆片、鮮奶   |
| 29 三 | 香菇雞肉粥    | 紅燒豬腿湯麵 |        | 雞捲     | 有機蔬菜 |        | 時令水果 | 軟法麵包、冬瓜茶  |
| 30 四 | 肉燥米苔目    | 白米飯    | 咖喱雞丁   | 日式蒸蛋   | 有機蔬菜 | 味噌海帶芽湯 | 時令水果 | 綠豆湯       |

※如您的小寶貝因健康或宗教等考量，於飲食上需另外調整配合，請務必告知班級導師，感謝您！

※餐點可能因為食材供應等不可抗力因素作調整，謝謝您！

※本園配合新北市政府辦理有機蔬菜計畫，每週5天午餐食用有機蔬菜。

※餐點規劃：餐點組老師

本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，向祥圓實業、大得利、鉅景供應商採買