

# 新竹縣東海國小 附設幼兒園 食譜

日期	星期	早點心		主食	副食一	副食二	副食三	湯	附餐	下午點心	
		主食	附餐1							主食	附餐1
11/1	五	雞肉蛋麵線		小米糙米飯	香草燉雞(燉)	香拌藻唇片(炒)	鮮炒時蔬(炒)	金草牛蒡肉片湯	水果	慶生蛋糕	
11/4	一	螞蟻上樹	豆漿	黑芝麻飯(有機白米)	花生香拌素雞(炒)	菇菇蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	綠豆芋圓湯		珍珠丸子	蘋果
11/5	二	什錦炒烏龍		糙米飯	砂鍋鱈魚(燒)	蔥燒豆腐(燒)	鮮炒時蔬(炒)	紫菜蛋花湯	水果	百菇雞湯	
11/6	三	起司蛋土司	鮮奶	特餐	客家板條(炒)	海結翅腿(滷)	鮮炒時蔬(炒)	杏菇山藥湯		味噌豆腐湯	葡萄
11/7	四	關東煮		燕麥飯(有機白米)	味噌肉片燒(燒)	薯丁玉米(炒)	有機蔬菜(炒)	冬瓜虱目魚湯	優酪乳	芝麻包	柳丁
11/8	五	海鮮茶碗蒸		小米糙米飯	回鍋雞肉(炒)	開陽瓠瓜(炒)	鮮炒時蔬(炒)	榨菜肉絲湯	水果	餛飩湯	
11/11	一	瓜仔肉飯	豆漿	香鬆飯(有機白米)	香椿素肉燥(滷)	高麗菜炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	芋頭紅豆西米露		滷雞腿	柳丁
11/12	二	味噌拉麵		糙米飯	蠔菇飛扁魚(炒)	黑胡椒豬柳(炒)	鮮炒時蔬(炒)	雙色蘿蔔湯	水果	蘿蔔貢丸湯	
11/13	三	玉米蛋餅	鮮奶	特餐	日式烏龍麵(炒)	滷蛋(滷)	鮮炒時蔬(炒)	香菇鮮筍雞湯		翡翠豆腐羹	蘋果
11/14	四	雞絲飯		燕麥飯(有機白米)	冰糖雞腿(滷)	刺瓜肉絲(炒)	有機蔬菜(炒)	黃豆芽蕃茄湯	鮮奶	紅豆紫米湯	美濃瓜
11/15	五	肉絲炒麵		小米糙米飯	台式肉燥(滷)	塔香什錦菇(炒)	鮮炒時蔬(炒)	南瓜腰果排骨湯	水果	沙拉蛋馬鈴薯	
11/19	二	什錦米粉		糙米飯	泰式旗魚(燒)	青花肉絲(炒)	鮮炒時蔬(炒)	自製黑豆漿	水果	山藥排骨湯	
11/20	三	土司夾蔥蛋	鮮奶	特餐	麵線糊(煮)	京醬雞柳(炒)	鮮炒時蔬(炒)	大亨堡		玉米脆片	葡萄
11/21	四	煎港式蘿蔔糕		燕麥飯(有機白米)	家常蒙古烤肉(炒)	什錦季豆(炒)	有機蔬菜(炒)	酸菜鴨湯	優酪乳	海芽芙蓉湯	柳丁
11/22	五	山藥雞肉粥		小米糙米飯	鮮菇馬鈴薯燉雞(燉)	塔香紫茄(炒)	鮮炒時蔬(炒)	玉米排骨湯	水果	水煮玉米	
11/25	一	香菇雞湯	豆漿	香鬆飯(有機白米)	素滷桶(滷)	法式炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	小米冬瓜珍珠		水晶綠豆湯	柳丁
11/26	二	肉絲炒板條		糙米飯	樹子鯛魚燒(燒)	奶油白菜(燉)	鮮炒時蔬(炒)	肉骨茶湯	水果	水煮毛豆	
11/27	三	小肉包	鮮奶	特餐	夏威夷炒飯(炒)	紅燒獅子頭(燒)	鮮炒時蔬(炒)	蘑菇濃湯		茶葉蛋	蘋果
11/28	四	蝦仁炒飯		燕麥飯(有機白米)	照燒雞丁(燒)	豆皮青蔬(炒)	有機蔬菜(炒)	洋蔥蕃茄湯	鮮奶	玉米海帶排骨湯	水梨
11/29	五	玉米雞肉粥		小米糙米飯	軟燒里肌(燒)	蛋酥冬瓜(炒)	鮮炒時蔬(炒)	鱸魚湯	水果	杏鮑菇雞湯	

美麒食品製表

~本園一律使用國產豬肉食材~