

# 後港國小附設幼兒園 112 上餐點表

(11 月份餐點表) ※本園一律使用國產豬肉食材

部分食材，視採購情況調整食材內容，不再另行公告

日期	上午點心	午餐	下午點心
11/1 (三)	火龍果、 優酪乳	白米飯(白米)、高脂保久乳 肉絲蛋炒飯(腿肉絲、雞蛋、紅蘿蔔、玉米粒、青蔥) 白菜滷(山東白菜、鮮香菇、熟桂竹筍(桶筍絲)、紅蘿蔔、生豆包) 黑胡椒毛豆莢(冷凍毛豆莢、黑胡椒粉、八角) 綜合白蘿蔔湯(白蘿蔔、杏鮑菇、中排肉、老薑、鵝鶉蛋、芋頭)	地瓜薯條 (脆皮地瓜薯條) 黑豆茶 (黑豆、糖)
11/2 (四)	芭樂、 豆漿	白米飯(白米)、香蕉 滷雞腿(雞腿、青蔥、滷包、老薑) 小黃瓜炒培根(小黃瓜、培根、玉米筍、大蒜) 南瓜炒高麗菜(南瓜、大蒜、高麗菜) 豬肉味噌湯(豬肉、味噌、洋蔥、金針菇、青蔥)	燕麥薏仁 (薏仁、燕麥、小米、 糖)
11/3 (五)	奇異果、 鮮奶	紅藜米飯(紅藜麥、白米) 筍乾控肉(腿肉丁、筍乾、紅辣椒、大蒜、滷包) 蝦仁豆腐煲(板豆腐、蝦仁、大蒜、鮮香菇、毛豆仁) 有機味美菜(味美菜、生鮮木耳、蒜頭) 金針脆筍雞湯(骨腿、乾金針、脆筍絲、老薑)	小肉包、 洛神花茶 (乾洛神花、糖)
11/6 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米) 韓式年糕炒肉片(梅花肉片、韓式泡菜、造型年糕、 老薑、韓式辣醬、洋蔥、青蔥) 魚香豆腐(嫩油豆腐、杏鮑菇、低脂絞肉、青蔥、蒜頭、素蠔油、辣豆瓣醬) 蒜香大陸妹(大陸妹、大蒜、紅蘿蔔) 山藥香菇雞湯(雞腿、山藥、老薑、紅棗、乾香菇)	八寶粥(綜合豆類 紫米、小米、白米)
11/7 (二)	11 月份 慶生會 生日蛋糕	五穀米飯(白米、五穀米)、橘子 沙茶烏魚(烏魚、青蔥、炸豆菊、熟桂竹筍、老薑、 鮮香菇、濕木耳、沙茶醬) 章魚燒丸子(魷魚丸、章魚燒醬、柴魚海苔香鬆、 鰹魚醬油、味霖、耐炸油) 薑炒有機蚵白菜(蚵白菜、老薑、鮮香菇) 海帶芽蛋花湯(乾海帶芽、雞蛋、青蔥)	小雞塊 味噌豆腐湯 (味噌、豆腐、小白菜)
11/8 (三)	葡萄、 優酪乳	米粉(乾米粉)、高脂保久乳 南瓜米粉(腿肉絲、蝦米、鮮香菇、紅蔥頭、紅蘿蔔、南瓜、青蔥) 燒烤雞翅(燒烤雞翅) 韭菜炒豆芽(豆芽菜、韭菜、大蒜、油蔥酥) 酸辣湯(傳統豆腐、冷凍肉絲、熟桂竹筍、濕木耳、胡蘿蔔、雞蛋、辣豆瓣醬、白醋)	湯餃 (水餃、小白菜)

# 後港國小附設幼兒園 112 上餐點表(11 月份餐點表)

11/9 (四)	芭樂、 豆漿	白米飯(白米)、梨子 花生豬腳(豬腳、豬腱肉、熟花生、滷包、大蒜、紅辣椒) 紅蘿蔔炒蛋(雞蛋、胡蘿蔔、青蔥) 蒜炒空心菜(空心菜、大蒜、白芝麻) 柴魚排骨湯(排骨、高麗菜、柴魚片、老薑、鮮香菇)	紅豆牛奶 (紅豆、鮮奶)
11/10 (五)	木瓜、 鮮奶	胚芽米飯(胚芽米、白米) 蕃茄燒雞(去骨雞腿、小黃瓜、紅番茄、番茄醬、大蒜) 炒五丁(低脂絞肉、玉米粒、桶筍、四季豆、紅蘿蔔) 炒有機皺葉白菜(皺葉白菜、老薑、秀珍菇) 金針菇魚丸湯(虱目魚丸、山東白菜、老薑、金針菇)	鍋燒意麵(意麵、 香菇、豬絞肉、紅蘿 蔔絲、小白菜、蛋)
11/13 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米) 胡麻醬雞丁(骨腿、玉米筍、小黃瓜、胡麻醬、白芝麻、蒜頭、味霖) 麻婆豆腐(板豆腐、玉米粒、低脂絞肉、青蔥、大蒜、豆瓣醬、辣豆瓣醬) 炒有機青油菜(青油菜、老薑、濕木耳) 紫菜蛋花湯(乾紫菜、雞蛋、青蔥)	玉米瘦肉粥 (玉米、豬絞肉、 香菇、小白菜)
11/14 (二)	玉米脆片 鮮奶	胚芽米飯(胚芽米、白米)、蘋果 泰式打拋豬(絞肉、洋蔥、紅番茄、九層塔、魚露、 檸檬汁、大蒜、紅辣椒、紅蘿蔔) 小瓜香腸(小黃瓜、香腸、鮮香菇、大蒜) 肉燥地瓜葉(地瓜葉、素肉燥) 海帶芽味噌湯(板豆腐、柴魚片、青蔥、乾海帶芽、味噌)	餛飩湯 (餛飩、小白菜)
11/15 (三)	芭樂、 優酪乳	白米飯(白米)、高脂保久乳 香酥魚柳(虱目魚、地瓜粉、耐炸油) 什錦滷味(黑輪、黑豆乾、海帶結、紅辣椒、老薑、榨菜絲、鵝鴨蛋) 泡菜炒豆芽(綠豆芽、韭菜韓式泡菜、大蒜) 高麗菜海鮮粥料(鮮香菇、紅蘿蔔、蝦仁、高麗菜、 芹菜、油蔥酥、蛤蜊、老薑)	五穀飯糰(五穀米 、肉鬆、雞蛋) 枸杞菊花茶
11/16 (四)	葡萄、 豆漿	海藻肉鬆飯(白米、海藻肉鬆)、甜柿 芥藍炒豬柳(豬肉條、芥蘭菜、紅蘿蔔、大蒜、沙茶醬) 三杯杏鮑菇魷魚(魷魚圈、杏鮑菇、紅辣椒、大蒜、洋蔥、老薑、九層塔) 枸杞菠菜(菠菜、枸杞子、大蒜) 剝皮辣椒雞湯(骨腿、老薑、金針菇、剝皮辣椒罐)	南瓜五穀粥 (南瓜、五穀米、白 米、豬絞肉、香菇)
11/17 (五)	奇異果、 鮮奶	白米飯(白米) 麻油雞(骨腿、高麗菜、胡麻油、枸杞子、炸豆筋、老薑) 玉米肉末(玉米粒、低脂絞肉、青蔥、紅蘿蔔) 炒有機尼龍白菜(尼龍白菜、老薑、鮑魚菇) 羅宋湯(紅番茄、馬鈴薯、洋蔥、老薑、番茄糊、義大利香料包、鮮香菇)	紅豆豆花 (紅豆、豆花)

# 後港國小附設幼兒園 112 上餐點表 (11 月份餐點表)

11/20 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米) 蠔油雞丁米血(骨腿、米血、素蠔油、九層塔、老薑) 筍白筍炒肉絲(筍白筍、秀珍菇、大蒜、肉絲、青蔥) 薑炒有機荷葉白菜(尼龍白菜、老薑、濕木耳) 冬菜鴨肉冬粉湯(酸白菜、去骨鴨肉、老薑、冬粉、高麗菜)	玉米鮭魚蛋吐司 (玉米、鮭魚、雞蛋、 吐司) 桂圓紅棗茶
11/21 (二)	蘿蔔糕、 鮮奶	五穀米飯(白米、五穀米)、橘子 蒲燒鯛魚(蒲燒鯛魚) 玉米炒蛋(玉米粒、雞蛋、毛豆仁、枸杞) 蒜炒高麗菜(高麗菜、紅蘿蔔、大蒜) 大黃瓜蛤蜊湯(大黃瓜、蛤蜊、大蒜)	雞絲麵(雞絲麵、 豬絞肉、紅蘿蔔絲、 香菇、小白菜、蛋)
11/22 (三)	芭樂、 優酪乳	牛排麵(牛排麵)、高脂保久乳 義大利肉醬麵(低脂絞肉、蘑菇醬、洋蔥、蒜頭、義大利香料包、黑胡椒醬、番茄醬) 鹽酥雞(去骨雞腿、地瓜粉、耐炸油) 甜椒雙花(冷凍花椰菜、冷凍青花菜、黃椒、黃椒、大蒜) 高麗菜洋蔥培根湯(高麗菜、杏鮑菇、洋蔥、培根、番茄、大蒜、黑胡椒粉)	鮭魚五穀粥 (鮭魚、五穀米、 小白菜)
11/23 (四)	火龍果、 豆漿	白米飯(白米)、紅龍果 香菇栗子燒肉(腱肉丁、熟栗子、鮮香菇、紅蔥頭、老薑) 白菜豆包(山東白菜、炸豆包、紅蘿蔔、生鮮木耳、老薑) 鮮蔬四季豆(四季豆、玉米筍、紅甜椒、大蒜、白芝麻、香油) 海帶芽豆腐湯(金針菇、板豆腐、青蔥、乾海帶芽)	玉米濃湯 (玉米粒、玉米醬、 雞蛋)
11/24(五)		戶外教育	
11/27 (一)	蘋果、 豆漿	地瓜飯(紅地瓜、白米) 香酥雞腿(熟雞腿、耐炸油) 魚香杏鮑菇(杏鮑菇、腿肉絲、豆瓣醬、九層塔、大蒜、辣豆瓣醬) 蒜炒有機青松菜(青松菜、大蒜、紅蘿蔔) 白菜鮑菇排骨湯(山東白菜、鮑魚菇、豬骨、老薑)	蜂蜜蛋糕、 麥茶 (大麥、糖)
11/28 (二)	鍋貼、 鮮奶	魚鬆飯(白米、鮭魚香鬆)、香蕉 白豆瓣蒸魚(鱸魚、白豆瓣、青蔥、老薑、素蠔油、洋蔥、白胡椒粉) 三色豆炒蛋(玉米粒、毛豆仁、雞蛋、紅蘿蔔) 蒜炒大陸妹(大陸妹、大蒜、生鮮木耳) 麻油菇菇湯(冬瓜、秀珍菇、紅棗、黑麻油、老薑、鮮香菇、蠔油豆腐)	紅豆湯圓 (紅豆、湯圓、糖)
11/29 (三)	葡萄、 優酪乳	牛排麵(牛排麵)、高脂保久乳 紅燒豬排(豬排、老薑、滷包、青蔥) 清燙青江菜(青江菜) 紅燒排骨湯(紅蘿蔔、白蘿蔔、洋蔥、甜玉米、番茄醬、辣豆瓣醬、老薑)	芋泥包、 麥茶 (大麥、糖)
11/30 (四)	芭樂、 豆漿	白米飯(白米)、梨子 三杯杏鮑菇雞丁(骨腿、杏鮑菇、老薑、九層塔) 榨菜炒豆乾(榨菜絲、腿肉絲、香油、辣椒、五香豆乾、素蠔油、青蔥) 薑炒蚵白菜(蚵白菜、老薑、濕木耳) 南瓜濃湯(南瓜、馬鈴薯、洋蔥、全脂奶粉、火腿)	綠豆薏仁湯

承辦人：

教保員 謝敏文

主任：

教師兼任 潘怡君  
幼兒園主任

午餐執秘：

護理師 郭秋貝

校長：

臺南市七股區 後港國小 校長 方婉真