

彭福國小附幼108學年度上學期十一月份餐點表

日期	星期	早 點		午 餐						午 點		全穀 根莖	豆魚 肉蛋	蔬菜 類	水果類
				主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果						
1	五	飯糰	豆漿	地瓜飯	元寶肉	金茸細粉	有機蔬菜	仙草蜜	時令水果	綠豆粉圓湯		✓	✓	✓	✓
4	一	香菇雞肉粥		蝦仁滑蛋燴飯			有機蔬菜	番茄蛋花湯	時令水果	玉米脆片	鮮奶	✓	✓	✓	✓
5	二	花生吐司	鮮奶	白米飯	瓜仔肉	三杯杏鮑菇	有機蔬菜	海帶鮮湯	時令水果	芋圓地瓜湯		✓	✓	✓	✓
6	三	絲瓜麵線		茄汁肉醬螺絲麵		滷翅小腿	有機蔬菜	味噌魚湯	時令水果	米苔目甜湯		✓	✓	✓	✓
7	四	三絲冬粉湯	滷蛋	白米飯	豆酥鱈魚	南洋四色	有機蔬菜	番茄豆腐湯	時令水果	及第粥		✓	✓	✓	✓
8	五	擔仔麵		腰果雞丁炒飯			有機蔬菜	三菇鮮湯	時令水果	海鮮濃湯麵		✓	✓	✓	✓
11	一	鮮肉羹湯		芝麻飯	芝麻翅小腿	雞絲豆芽	有機蔬菜	紫菜芽銀魚湯	時令水果	芋頭西米露		✓	✓	✓	✓
12	二	菠菜小魚粥		五穀飯	豬丹	豆干炒小黃瓜	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	肉絲板條湯		✓	✓	✓	✓
13	三	花枝羹麵		白米飯	蔥汁雞	揚初豆腐	有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	玉米脆片奶酪		✓	✓	✓	✓
14	四	蔬菜雞茸粥	豆漿	白米飯	香菇肉燥	薑絲海帶根	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊湯	時令水果	味噌拉麵		✓	✓	✓	✓
15	五	雞絲麵		三寶燕麥飯	彩椒雞丁	五寶珍醬	有機蔬菜	南瓜海鮮濃湯	時令水果	綠豆薏仁湯		✓	✓	✓	✓
18	一	紅豆麥片湯		白米飯	洋蔥豬柳	蒸蛋	有機蔬菜	銀魚莧菜湯	時令水果	關東煮		✓	✓	✓	✓
19	二	地瓜粥	三種小菜	五穀飯	紅燒肉烤麩	鳳梨蝦球	有機蔬菜	馬鈴薯排骨湯	時令水果	酸辣湯麵		✓	✓	✓	✓
20	三	小籠包	豆漿	胚芽飯	紅椒鮪魚	海帶結滷花生	有機蔬菜	薏仁蔬菜湯	時令水果	桂圓甜粥		✓	✓	✓	✓
21	四	芹香芋頭粥		白米飯	土魷魚丁	番茄滑蛋	有機蔬菜	山藥雞湯	時令水果	擔仔糝仔湯		✓	✓	✓	✓
22	五	蚵仔麵線		紫米飯	馬鈴薯燉肉	玉米肉末	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果	雞蓉粥		✓	✓	✓	✓
25	一	蛋香吐司	米漿	胚芽飯	紅燒肉油豆腐	炒三菇	有機蔬菜	磨菇濃湯	時令水果	花生豆花		✓	✓	✓	✓
26	二	皮蛋瘦肉粥		金瓜炒米粉			有機蔬菜	冬瓜干貝湯	時令水果	小羅宋	鮮奶	✓	✓	✓	✓
27	三	小餐包	米漿	白米飯	蠔油雞丁	紅絲炒蛋	有機蔬菜	南洋肉骨茶湯	時令水果	燒麻糬	豆漿	✓	✓	✓	✓
28	四	鮭魚三明治	鮮奶	芋香飯	糖醋魚柳	三色蛋	有機蔬菜	狗尾雞湯	時令水果	紅豆薏仁湯		✓	✓	✓	✓
29	五	鮮奶玉米脆片		鮭魚炒飯			有機蔬菜	羅宋湯	時令水果	寧波年糕湯		✓	✓	✓	✓

餐點參考：新北市政府幼兒教育資訊網 <http://kidedu.ntpc.edu.tw/files/11-1000-88.php>