

新竹縣竹仁國小 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		附餐	午點心
		主食							主食
11/3	一	客家炒板條	小米飯	雙芋燒雞(燒)	腰果干丁(炒)	有機蔬菜(炒)	黃瓜金菇湯	水果	花生豆花
11/4	二	玉米雞肉粥	糙米飯(有機白米)	三杯雞(燒)	麻婆豆腐(燴)	有機蔬菜(炒)	紫菜蛋花湯	水果	小銀絲捲+鮮奶
11/5	三	草莓吐司	特餐	沙茶肉絲炒麵(炒)	香滷雞腿(滷)	有機蔬菜(炒)	冬瓜魚羹湯	水果	銀魚豆腐羹
11/6	四	麵線糊	藜麥飯	塔香烏魚丁(燒)	紅蘿蔔炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	黃豆芽榨菜湯	水果	香菇雞湯
11/7	五	家常炒麵	糙米飯(有機白米)	宮保雞丁(燒)	白菜捲酥(炒)	有機蔬菜(炒)	蘿蔔海結湯	水果	生日蛋糕
11/10	一	水餃	五穀飯	義式燉雞(燉)	什錦長豆(炒)	有機蔬菜(炒)	金茸味噌海芽湯	水果	綠豆湯
11/11	二	廣東粥	糙米飯(有機白米)	百頁海結滷肉(燒)	客家小炒(炒)	有機蔬菜(炒)	蕃茄蛋花湯	水果	黑糖小饅頭+優酪乳
11/12	三	珍珠丸子	特餐	客家炒米粉(炒)	檸檬烤翅(蒸)	有機蔬菜(炒)	關東煮	水果	茶碗蒸
11/13	四	白醬筆管麵	麥片飯	香菇肉燥	洋蔥炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	金針肉絲湯	水果	牛奶玉米脆片
11/14	五	麻油蛋麵線	糙米飯(有機白米)	咖哩雞(燒)	瓠瓜麵筋(炒)	有機蔬菜(炒)	綠豆珍珠湯	水果	黃金雞蛋布丁
11/18	二	燒賣	糙米飯(有機白米)	泡菜燒肉(燒)	如意小炒(炒)	有機蔬菜(炒)	玉米海苔湯	水果	海綿蛋糕+鮮奶
11/19	三	玉米瘦肉粥	特餐	醃醬麵(醬)	蒜香油腐(拌)	有機蔬菜(炒)	羅宋湯	水果	虱目魚湯
11/20	四	貢丸湯麵	藜麥飯	泰式燒魚(鮫魚)(燒)	蕃茄炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	味噌豆腐湯	水果	紅豆水晶湯
11/21	五	炒米苔目	糙米飯(有機白米)	肉骨茶排骨(燉)	黃瓜魚丸(燴)	有機蔬菜(炒)	四神湯	水果	優格
11/24	一	芋頭瘦肉粥	芝麻飯	麻油雞(燒)	黑胡椒雞捲(炒)	有機蔬菜(炒)	養生山藥湯	水果	燒仙草
11/25	二	港式蘿蔔糕	糙米飯(有機白米)	香酥魚排(炸)	飄香滷味(滷)	有機蔬菜(炒)	白菜肉羹湯	水果	鍋貼+優酪乳
11/26	三	小饅頭夾玉米蛋	特餐	湯米苔目(煮)	鐵板洋蔥炒肉(炒)	有機蔬菜(炒)	大亨堡	水果	蔬菜豆腐湯
11/27	四	螞蟻上樹	小米飯	桂筍燒肉(滷)	絲瓜滑蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	結菜排骨湯	水果	魚丸湯
11/28	五	餛飩麵	糙米飯(有機白米)	咖哩豆腐(燴)	雙花玉筍(炒)	有機蔬菜(炒)	紅豆紫米湯	水果	藍莓麵包+豆奶

美麒食品製表

~本園一律使用國產豬肉食材~