

苗栗縣頭份國小附設幼兒園 餐點表 【110年11月】

週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第十週	11/1-11/5	早點	慶生蛋糕+鮮奶	黑糖卷+豆漿	清粥小菜	客家湯板條	蘿蔔黑輪湯
		午餐	白米飯	紫米飯	義大利麵	白米飯	糙米飯
			古早味肉燥	滷雞腿	義大利肉醬麵	香芋燒肉	蔥爆肉片
			番茄炒蛋	肉末玉米	香酥花枝排	什錦魚羹	黃瓜鮮菇
			青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
			白菜粉絲湯	豆腐味噌湯	黃瓜排骨湯	紫菜蛋花湯	養生牛蒡湯
		水果	水果	水果	水果	水果	
午點	仙草蜜	南瓜濃湯	奶酥吐司+紅棗茶	紅豆紫米	玉米蔬菜煎餅		
第十一週	11/8-11/12	早點	麻油香菇麵線	奶酥吐司	香煎鍋貼	玉米絞肉粥	鮮肉包
		午餐	糙米飯	白米飯	紫米飯	白米飯	地瓜飯
			沙茶肉片	花瓜雞丁	鐵板豬柳	咖哩雞丁	客家什錦
			芹香干絲	玉米炒蛋	麻婆豆腐	肉燥粉絲	酥炸花枝排
			青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
			蘿蔔魚丸湯	冬瓜排骨湯	紫菜蛋花湯	羅宋湯	酸辣湯
		水果	水果	水果	水果	水果	
午點	玉米脆片+牛奶	相思雙Q	大阪燒	鮮菇茶碗蒸	紅豆燕麥湯		
第十二週	11/15-11/19	早點	翡翠豆腐羹	豆沙包+牛奶	廣東粥	蔥抓餅+枸杞茶	關東煮
		午餐	白米飯	麥片飯	炒米粉	白米飯	糙米飯
			豆鼓排骨	豆腐蒸魚	金瓜肉絲	黃金豬排	打拋肉
			壽喜燒	冬瓜雙鮮	香酥龍鳳	玉米炒蛋	西芹肉片
			青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
			肉骨茶湯	玉穗排骨湯	木瓜排骨湯	黃瓜丸片湯	玉米濃湯
		水果	水果	水果	水果	水果	
午點	白菜貢丸湯	香煎蘿蔔糕	黑糖地瓜湯	花生豆花	湯包+豆漿		
第十三週	11/22-11/26	早點	銀絲卷+優酪乳	鱈魚玉米粥	豬肉粉絲湯	芋頭米粉湯	山藥排骨湯
		午餐	糙米飯	白米飯	地瓜飯	白米飯	紫米飯
			鹹水雞	筍香燒肉	梅干絞肉	蔥爆肉絲	麻油雞丁
			酸菜肉絲	滷味雙拼	鮮菇蒸蛋	蟹絲冬瓜	肉末玉米
			青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
			蒲瓜排骨湯	木瓜雞湯	牛蒡養生湯	玉米蛋花湯	薑絲冬瓜湯
		水果	水果	水果	水果	水果	
午點	土魷魚羹麵	草莓吐司	港式煎包	綠豆地瓜湯	冬瓜西米露		
第十四週	11/29-12/3	早點	麵線糊	鮮肉包+黑豆漿	蛋餅+鮮奶	關東煮	湯包
		午餐	白米飯	糙米飯	炒麵	白米飯	紫米飯
			沙茶豬柳	五香滷肉	什錦炒麵	糖醋肉片	酥炸魚排
			紅仁炒蛋	蜜汁菇菇	佛手肉片	芋丁三色	海帶三絲
			青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
			海芽排骨湯	結頭魚丸湯	肉骨茶湯	榨菜肉絲湯	黃瓜排骨湯
		水果	水果	水果	水果	水果	
午點	蘿蔔玉穗湯	燒仙草	雞塊+薯條	冬瓜山粉圓	日式鍋貼+枸杞茶		
★本園一律使用國產豬食材★							
製表人：鍾佩玲			幼兒園主任：劉馨雅			校長：徐禮安	