新竹縣新港國小
附設幼兒園 食譜

日期	星期	早點心 主食	主食	副食一	副食二	副食三	湯	午點心 主食	附餐2
11/2	一	茄汁通心粉	糙米飯(有機白米)	咖哩雞(燒)	麻油高麗(炒)	有機蔬菜(炒)	味噌湯	鮮奶彩球	水果
11/3	二	玉米瘦肉粥	小薏仁糙米飯(有機白米)	五香雞排(滷)	白菜滷(滷)	有機蔬菜(炒)	玉米蛋花湯	紅棗雞湯	水果
11/4	三	麻油絲瓜蛋麵線	特餐	青蔬雞肉粥	照燒豬柳(炒)	有機蔬菜(炒)	小餐包	低糖豆漿脆片	水果
11/5	四	燒賣	紅藜飯(有機白米)	味噌鮪魚燒(燒)	玉米肉末(炒)	有機蔬菜(炒)	香菇雞湯	紫菜蛋花湯	水果
11/6	五	生日蛋糕	環保餐(糙米飯)	魚香豆腐(燒)	紅娘炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	芋頭西米露	雙色饅頭	水果
11/9	一	大麥甜粥	糙米飯(有機白米)	麻油雞(燒)	黑椒毛豆莢(煮)	有機蔬菜(炒)	紫菜芙蓉湯	滷雞腿	水果
11/10	二	鍋燒意麵	紫米糙米飯(有機白米)	客家小炒(炒)	雞柳冬瓜(炒)	有機蔬菜(炒)	珍菇肉絲湯	紅豆水晶湯	水果
11/11	三	鮪魚拌飯	特餐	培根奶香義大利麵(燴)	香滷翅腿(二隻)(滷)	有機蔬菜(炒)	蘿蔔排骨湯	蒸地瓜	水果
11/12	四	河粉蛋餅	小米飯(有機白米)	蔥燒里肌(燒)	醋溜土豆絲(炒)	有機蔬菜(炒)	香菇鮮筍雞湯	蘿蔔排骨湯	水果
11/13	五	小籠包	環保餐(糙米飯)	三寶素齋(燒)	鮮菇玉米蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	自製綠豆黑豆漿	黃金雞蛋布丁	水果
11/16	一	珍珠丸子	糙米飯(有機白米)	蒜泥白肉(燒)	黑胡椒銀芽(炒)	有機蔬菜(炒)	雙色蘿蔔湯	鍋貼	水果
11/17	二	港式蘿蔔糕	小薏仁糙米飯(有機白米)	鮮味虱目魚(燒)	螞蟻上樹(炒)	有機蔬菜(炒)	鮮菇牛蒡排骨湯	玉米濃湯	水果
11/18	三	茄汁筆管麵	特餐	客家南瓜飯(蒸)	檸檬雞翅(蒸)	有機蔬菜(炒)	白菜蛋花湯	藍莓優格	水果
11/19	四	水餃	燕麥飯(有機白米)	筍乾滷豬腳(滷)	香蔥茄子(炒)	有機蔬菜(炒)	四神湯	桂圓紅棗糯米粥	水果
11/20	五	皮蛋瘦肉粥	環保餐(糙米飯)	燒豆腐(燒)	菜脯蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	燒仙草	小肉包	水果
11/23	一	饅頭夾蔥蛋	糙米飯(有機白米)	香菇肉燥(滷)	雪花羹(燴)	有機蔬菜(炒)	蔘鬚枸杞雞湯	紅豆粉圓	水果
11/24	二	豆皮烏龍麵	小米糙米飯(有機白米)	紅燒雞(燒)	小魚花生豆乾(炒)	有機蔬菜(炒)	蓮藕排骨湯	香菇雞湯	水果
11/25	三	肉片吐司	特餐	家常炒板條(炒)	香滷雞腿(滷)	有機蔬菜(炒)	玉米濃湯	牛奶脆片	水果
11/26	四	雞絲麵	蕎麥飯(有機白米)	樹子旗魚(蒸)	蠔油豬柳(炒)	有機蔬菜(炒)	紫菜芙蓉湯	茶葉蛋	水果
11/27	五	香鬆飯	環保餐(糙米飯)	鮮炒脆筍(炒)	翡翠玉米蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	桂圓雪蓮銀耳湯	黑糖小饅頭	水果
11/30	一	茄汁貝殼麵	糙米飯(有機白米)	日式燒肉(燒)	木耳炒雙花(炒)	有機蔬菜(炒)	山藥杏菇湯	白油抄手	水果

美麒食品製表

~本園一律使用國產豬肉食材~

新港國小附幼11月份幼兒午餐食譜設計

11月2日星期一	糙米飯（有機白米）	咖哩雞(燒) 溫體去皮雞清肉薄片 0.6 K 洋芋(1K) 1 包 洋蔥(1K) 存 紅蘿蔔(1K) 存 佛蒙特甜咖哩塊 存	麻油高麗(炒) 高麗菜 1.2 k 木耳 存 CAS肉片 0.3 K 老薑片 存 黑麻油(3K) 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	味噌湯 細味噌(1K) 存 豆腐切丁(4.5k) 存 濕海芽 0.3 K 蔥 存	
11月3日星期二	小薏仁糙米飯（有機白米）	五香雞排(滷) CAS雞排5 存 滷包(10小包) 存	白菜滷(滷) 大白菜 2 K CAS肉絲 存 金針菇 存 紅蘿蔔(1K) 存 大蝦米 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	玉米蛋花湯 洗選蛋 0.6 存 玉米粒 0.3 K 蔥 存 CAS絞肉 0.3 k	
用餐人數 20						
11月4日星期三	特餐	青蔬雞肉粥 溫體絞去皮雞清肉 0.6 K 紅蘿蔔(1K) 存 金針菇 存 蔥 存 切紅蔥 存 高麗菜 0.6 K	照燒豬柳(炒) CAS豬柳 1 K 洋蔥(1K) 1 K 木耳 存 紅蘿蔔(1K) 存 蔥 存 味霖 存 白芝麻1斤 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	小餐包 餐包6入 存	
11月5日星期四	紅藜飯（有機白米）	味噌鮪魚燒(燒) 鮪魚丁 存 凍豆腐 1 K 洋蔥(1K) 1 K 細味噌(1K) 存 蔥 存	玉米肉末(炒) 玉米粒 1 K CAS絞肉 0.5 K CAS三色豆(1K) 存 蔥 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	香菇雞湯 CAS骨腿丁 存 去皮白蘿蔔(實重) 1 K 乾香菇 存	
用餐人數 20						
11月6日星期五	環保餐（糙米飯）	魚香豆腐(燒) 薄豆腐(4.5K) 存 CAS絞肉 1 K 生香菇 存 洋蔥(1K) 存 蔥 存	紅娘炒蛋(炒) 洗選蛋 2 K 紅蘿蔔(1K) 存 蔥 存 毛豆仁(1K) 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	芋頭西米露 芋頭 存 西谷米 0.6 K 椰漿 1 罐	

新港國小附幼11月份幼兒午餐食譜設計

11月9日星期一	糙米飯（有機白米）	**麻油雞(燒)** 溫體去皮雞清肉薄片 0.6 K 杏鮑菇C 1 K 高麗菜 存 黑麻油(3K) 存	**黑椒毛豆莢(煮)** CAS毛豆莢(1K) 1 包 切蒜 存 黑胡椒粒(1斤) 存	**有機蔬菜(炒)** 有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	**紫菜芙蓉湯** 紫菜100g 存 洗選蛋 1 K 蔥 存	
11月10日星期二	紫米糙米飯（有機白米）	**客家小炒(炒)** 魷魚條(2K) 存 CAS肉片 1 K 豆干片 存 芹菜(6) 1 K 老薑 K 蔥 存	**雞柳冬瓜(炒)** 冬瓜 1.5 K 溫體去皮雞柳 0.3 K 木耳 存	**有機蔬菜(炒)** 有機蔬菜(農會) 1.2 k	**珍菇肉絲湯** CAS肉絲 0.3 K 金針菇 0.3 k 木耳 存 老薑 存	
用餐人數 20						
11月11日星期三	特餐	**培根奶香義大利麵(燴)** 熟烏龍麵 2 K CAS培根 0.6 k cas三色豆(1k) 存 CAS青花菜(6) 存 佛蒙特白醬奶油塊 存 鮮奶(1857) 存	**香滷翅腿(二隻)(滷)** CAS翅小腿(隻) 存 滷包(10小包) 存	**有機蔬菜(炒)** 有機蔬菜(農會) 1.2 k	**蘿蔔排骨湯** 白蘿蔔 1 K CAS排骨丁 存 紅蘿蔔(1K) 存	
11月12日星期四	小米飯（有機白米）	**蔥燒里肌(燒)** 溫體里肌肉片10 存 蔥 存	**醋溜土豆絲(炒)** 洋芋(1K) 2 K cas肉絲 存 蔥 存 紅蘿蔔(1K) 存	**有機蔬菜(炒)** 有機蔬菜(農會) 1.2 k	**香菇鮮筍雞湯** CAS骨腿丁 存 烏殼綠 1 k 乾香菇 存	
用餐人數 20						
11月13日星期五	環保餐（糙米飯）	**三寶素齋(燒)** 乾腐竹(200g) 1 包 紅蘿蔔(1K) 存 大白菜 1 K 木耳 存 生香菇 1 K 芹菜(6) 存	**鮮菇玉米蒸蛋(蒸)** 洗選蛋 1.2 K 生香菇 0.3 K 玉米粒 存	**有機蔬菜(炒)** 有機蔬菜(農會) 1.2 k	**自製綠豆黑豆漿** 黑豆(3K)(前一天送) 存 綠豆(前一天送) 存	

新港國小附幼11月份幼兒午餐食譜設計

11月16日星期一	糙米飯（有機白米）	蒜泥白肉(燒)		黑胡椒銀芽(炒)		有機蔬菜(炒)		雙色蘿蔔湯		
		CAS肉片	1 K	豆芽菜	1 K	有機蔬菜(農會)	1.2 k	白蘿蔔	1 K	
		豆干片	0.5 K	cas肉絲	0.3 K			CAS排骨丁	1 K	
		蒜泥1斤	存	木耳	存			紅蘿蔔(1K)	存	
		蔥	存	韭菜	存					
				黑胡椒粒(1斤)	存					
				紅蘿蔔(1K)	存					
						切蒜	0.2 K			
						老薑	0.3 K			
11月17日星期二	小薏仁糙米飯（有機白米）	鮮味虱目魚(燒)		螞蟻上樹(炒)		有機蔬菜(炒)		鮮菇牛蒡排骨湯		
		虱目魚柳(1斤)	1 包	冬粉	存	有機蔬菜(農會)	1.2 k	牛蒡	0.6 K	
		豆腐切丁(4.5K)	存	CAS絞肉	0.6 K			CAS排骨丁	0.6 K	
		CAS絞肉	0.6 K	高麗菜	1 K			生香菇	存	
		洋蔥(1K)	1 K	蔥	存					
		蔥	存	紅蘿蔔(1K)	存					
		老薑片	存	不辣豆瓣醬2.8K	存					
用餐人數										
20										
11月18日星期三	特餐	客家南瓜飯(蒸)		檸檬雞翅(蒸)		有機蔬菜(炒)		白菜蛋花湯		
		白米(銘)	1 存	CAS香檸雞翅(30入)	存	有機蔬菜(農會)	1.2 k	大白菜	0.6 K	
		CAS絞肉	存	CAS檸檬烤翅(25入)	存			CAS肉絲	存	
		南瓜	1 K					洗選蛋	0.6 K	
		乾香菇	存					蔥	存	
		洋蔥(1K)	1 K					紅蘿蔔(1K)	存	
		蔥油(500g)	存							
		大蝦米	存							
11月19日星期四	燕麥飯（有機白米）	筍乾滷豬腳(滷)		香蔥茄子(炒)		有機蔬菜(炒)		四神湯		
		溫體豬腳丁	存	茄子	1.5 k	有機蔬菜(農會)	1.2 k	四神(前一天送)	存	
		CAS肉丁	1.5 K	CAS肉絲	存			大麥(小薏仁)(前一天送)	存	
		筍乾(3K)(前一天送)	存	蔥	存			cas排骨丁	1 K	
		老薑	存					老薑	存	
用餐人數										
20										
11月20日星期五	環保餐（糙米飯）	燒豆腐(燒)		菜脯蛋(炒)		有機蔬菜(炒)		燒仙草		
		豆腐切丁(4.5K)	存	洗選蛋	2 K	有機蔬菜(農會)	1.2 k	仙草原汁(3K)	存	
		CAS絞肉	1 K	碎脯(前一天送)	存			綠豆(前一天送)	0.6 K	
		生香菇	0.6 K	蔥	存			水晶條(1斤)	存	
		辣豆瓣醬	存					熟硬花生(1斤)	存	

新港國小附幼11月份幼兒午餐食譜設計

11月23日星期一	糙米飯（有機白米）	香菇肉燥(滷)	雪花羹(燴)	有機蔬菜(炒)	蔘鬚枸杞雞湯	
		CAS絞肉 1 K 豆干丁 0.5 K 蔥油(500g) 存 乾香菇 存	大黃瓜 1.5 k 洗選蛋 0.6 k 金針菇(上) 存 紅蘿蔔(1K) 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	人蔘鬚(兩) 存 CAS骨腿丁 存 老薑 存 枸杞(1斤) 存 紅棗(1斤) 存 白蘿蔔 1 K	
用餐人數						
20						
11月24日星期二	小米糙米飯（有機白米）	紅燒雞(燒)	小魚花生豆乾(炒)	有機蔬菜(炒)	蓮藕排骨湯	
		溫體去皮雞清肉丁 0.6 K 洋蔥(1K) 1 K 紅蘿蔔(1K) 存 蔥 存	小魚干 存 豆干片 1.5 K 油花生(1斤) 存 切蒜 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	水煮蓮藕(2.75K) 存 CAS排骨丁 1 k 白蘿蔔 0.6 K	
用餐人數						
20						
11月25日星期三	特餐	家常炒板條(炒)	香滷雞腿(滷)	有機蔬菜(炒)	玉米濃湯	
		切板條 2 k CAS肉絲 1 k 紅蘿蔔(1K) 存 豆芽菜 1 K 韭菜 存 蔥油(500g) 存	CAS雞腿5 存 滷包(10小包) 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	玉米粒 0.6 K 洋蔥(1K) 存 紅蘿蔔(1K) 存 洗選蛋 0.6 K cas火腿丁(1K) 存 濃湯粉 存	
用餐人數						
20						
11月26日星期四	蕎麥飯（有機白米）	樹子旗魚(蒸)	蠔油豬柳(炒)	有機蔬菜(炒)	紫菜芙蓉湯	
		旗魚丁 1.5 K 豆腐切丁(4.5K) 存 樹子(380g) 存 老薑 存	洋蔥(1K) 2 K CAS豬柳 存 杏鮑菇C 存 玉米筍段(6) 存 紅蘿蔔(1K) 存 木耳 存 蔥 存 素蠔油 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	紫菜100g 存 洗選蛋 1 K 蔥 存	
用餐人數						
20						
11月27日星期五	環保餐（糙米飯）	鮮炒脆筍(炒)	翡翠玉米蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	桂圓雪蓮銀耳湯	
		烏殼綠 3 K 木耳 存 CAS肉絲 存 老薑 存	洗選蛋 1.5 K 翡翠 存 紅蘿蔔丁(1K) 存 玉米粒 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	白木耳(前一天送) 存 雪蓮子(前一天送) 存 桂圓肉(1斤) 存 紅糖(450g) 存	
用餐人數						
20						

新港國小附幼11月份幼兒午餐食譜設計

11月30日星期一	糙米飯（有機白米）	日式燒肉(燒)	木耳炒雙花(炒)	有機蔬菜(炒)	山藥杏菇湯	
		CAS肉片 1 K 洋蔥(1K) 1 K 紅蘿蔔(1K) 存 白芝麻1斤 存 味霖 存	CAS青花菜(6) 2 K CAS白花菜(6) 存 紅蘿蔔(1K) 存 CAS肉絲 存 木耳 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	山藥 1 K CAS排骨丁 存 杏鮑菇C 存	
用餐人數						
20						
用餐人數						
用餐人數						
用餐人數						
用餐人數						

新竹縣新港國小附設幼兒園 食譜

11月2日星期一 人數 20	早點心	茄汁通心粉		午點心	鮮奶彩球		其他	
		通心麵(500g) 1 包 洋芋(6) 0.3 K 玉米粒(340g) 1 罐 CAS絞肉 0.3 k 蕃茄醬(3K) 存			五彩球(160g) 1 盒 鮮奶(936) 2 罐			
						水果		
						幼水果 18 份		
11月3日星期二 餐人 20	早點心	玉米瘦肉粥		午點心	紅棗雞湯		其他	
		白米(銘) 0.5 存 CAS絞肉 0.3 K 玉米粒 0.3 K 蔥 0.1 K			雞腿丁 0.6 K 白蘿蔔 1 K 紅棗(1斤) 1 包 老薑 0.1 K			
						水果		
						幼水果 18 份		
11月4日星期三 餐人 20	早點心	麻油絲瓜蛋麵線		午點心	低糖豆漿脆片		其他	
		絲瓜 1 k 白麵線 0.2 k 老薑 0.1 k 洗選蛋 0.6 k 黑麻油(3K) 存			玉米脆片(275g) 1 盒 低糖豆漿(936) 2 罐			
						水果		
						幼水果 存		
11月5日星期四 餐人 20	早點心	燒賣		午點心	紫菜蛋花湯		其他	
		香菇燒賣(50入) 1 包			紫菜100g 1 包 洗選蛋 0.6 K		蔥油(500g) 1 罐	
						水果		
						幼水果 18 份		
11月6日星期五 餐人 20	早點心	生日蛋糕		午點心	雙色饅頭		其他	
		10吋生日蛋糕(水果布丁) 1 個			條紋小饅頭(12入) 2 包			
						水果		
						幼水果 存		

新竹縣新港國小附設幼兒園 食譜

11月9日星期一	早點心	**大麥甜粥**		午點心	**滷雞腿**		**其他**
		麥片 存 二砂糖(1k) 1 包 紅糖(450g) 1 包			雞腿5 18 隻		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月10日星期二	早點心	**鍋燒意麵**		午點心	**紅豆水晶湯**		**其他**
		鍋燒意麵(5入) 2 包 洗選蛋 0.6 k 小白菜(6) 0.3 k 蔥 0.1 K			水晶條(1斤) 1 包 紅豆(6) 0.3 k 二砂糖(1k) 存		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月11日星期三	早點心	**鮪魚拌飯**		午點心	**蒸地瓜**		**其他**
		白米(銘) 1.2 存 洋蔥(個) 1 個 玉米粒 0.6 k 蔥 0.1 K 鮪魚罐(小) 1 罐			地瓜(6) 2 K		
						水果	
餐人						幼水果 存	
20							
11月12日星期四	早點心	**河粉蛋餅**		午點心	**蘿蔔排骨湯**		**其他**
		河粉蛋餅皮10片 1 包 洗選蛋(個) 10 個			CAS排骨丁 0.6 K 白蘿蔔 1.2 K 紅蘿蔔(條) 1 條		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月13日星期五	早點心	**小籠包**		午點心	**黃金雞蛋布丁**		**其他**
		小籠包(50入) 1 包			黃金雞蛋布丁(6入)不拆 4 包		
						水果	
餐人						幼水果 存	
20							

新竹縣新港國小附設幼兒園 食譜

11月16日星期一	早點心	珍珠丸子		午點心	鍋貼		其他
		白米珍珠丸(30人) 2 包			巧好鍋貼(50人) 1 包		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月17日星期二	早點心	港式蘿蔔糕		午點心	玉米濃湯		其他
		港式蘿蔔糕(1.2K) 2 條			玉米粒 0.6 K 洗選蛋 0.6 k 黃金康寶玉米濃湯 2 包		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月18日星期三	早點心	茄汁筆管麵		午點心	藍莓優格		其他
		筆尖麵(500g) 1 包 CAS絞肉 0.3 k 紅蘿蔔(條) 1 條 洋蔥(個) 1 個 蕃茄醬(3K) 存			福樂藍莓優格(4人) 6 組		
						水果	
餐人						幼水果 存	
20							
11月19日星期四	早點心	水餃		午點心	桂圓紅棗糯米粥		其他
		高麗菜水餃(90入) 1 包			圓糯米 0.6 k 紅棗(1斤) 存 桂圓肉(1斤) 1 盒 二砂糖(1k) 存		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月20日星期五	早點心	皮蛋瘦肉粥		午點心	小肉包		其他
		白米(銘) 0.5 存 皮蛋(6) 4 個 CAS絞肉 0.3 K 蔥 0.1 K			肉包(10入) 2 包		
						水果	
餐人						幼水果 存	
20							

新竹縣新港國小附設幼兒園 食譜

11月23日星期一	早點心	**饅頭夾蔥蛋**		午點心	**紅豆粉圓**		**其他**
		鮮奶小饅頭(10入) 3 包 洗選蛋 1 k 蔥 0.2 k			紅豆(6) 0.3 k 小黑珍珠粉圓(1斤) 1 包		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月24日星期二	早點心	**豆皮烏龍麵**		午點心	**香菇雞湯**		**其他**
		熟烏龍麵 1 K 生豆包 0.3 K 高麗菜 0.6 K 紅蘿蔔(條) 1 條			雞腿丁 0.8 K 白蘿蔔 1 K 乾香菇(兩) 1 兩 老薑 0.1 K		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月25日星期三	早點心	**肉片吐司**		午點心	**牛奶脆片**		**其他**
		薄片土司(金) 2 條 CAS肉片 0.8 K 切蒜 0.1 K			玉米脆片(275g) 1 盒 鮮奶(936) 2 罐		
						水果	
餐人						幼水果 存	
20							
11月26日星期四	早點心	**雞絲麵**		午點心	**茶葉蛋**		**其他**
		雞絲麵(5人) 2 包 洗選蛋 0.3 k 小白菜(6) 0.3 k 蔥 0.1 k			洗選蛋(個) 20 個 茶葉蛋滷包 1 包		
						水果	
餐人						幼水果 18 份	
20							
11月27日星期五	早點心	**香鬆飯**		午點心	**黑糖小饅頭**		**其他**
		白米(銘) 0.8 存 洗選蛋 0.6 K 玉米粒 0.3 K 味島香鬆45g(海苔) 1 包 蔥 0.1 K			黑糖小饅頭(10入) 2 包		
						水果	
餐人						幼水果 存	
20							

新竹縣新港國小附設幼兒園 食譜

11月30日星期一 餐人 20	早點心	茄汁貝殼麵		午點心	白油抄手		其他
		貝殼麵(500g) 1 包 CAS絞肉 0.3 K 玉米粒(340g) 1 罐 洋蔥(個) 1 個 蕃茄醬(3K) 存			桂冠雲吞(12入) 3 盒 蔥油(500g) 存 豆芽菜 0.3 k 韭菜 0.1 K	水果 幼水果 18 份	
餐人	早點心			午點心			其他
餐人	早點心			午點心		存	其他
餐人	早點心			午點心			其他
餐人	早點心			午點心		存	其他