



## 安康幼兒園111年11月份餐點計劃表

	日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
第一週	10/31	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1)小米粥
	11/1	週二	(1,2)玉米濃湯	(1,2)肉燥乾麵、(2,3)紫菜蛋花湯、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓
	11/2	週三	(4)水果	(1,2,3)咖哩雞飯、(2,3)金針湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	11/3	週四	(1,2)薏仁燕麥粥	(1,2,3)香菇玉米蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1,2)鮮菇冬粉
	11/4	週五	(4)水果	(1,2,3)味噌麵、(4)附餐水果	(1)地瓜西米露
第二週	11/7	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1,2,3)蔬菜麵
	11/8	週二	(1,2)牛奶燕麥粥	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	(1)綠豆湯
	11/9	週三	(4)水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(2)豆漿、(1,2)奶皇包
	11/10	週四	(1,2)燕麥薏仁粥	(1,2,3)蒜味義大利麵、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1,2)玉米濃湯
	11/11	週五	(4)水果	(1,2,3)絲瓜瘦肉粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦麵
第三週	11/14	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)瘦肉蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1)紅豆西米露
	11/15	週二	(1)綠豆湯	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1,2,3)廣東粥
	11/16	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(1,2,3)雞肉咖哩飯、(2)魚丸湯、(4)附餐水果	麥茶、(1)吐司
	11/17	週四	(1)薏仁湯	(1,2,3)肉絲什錦麵、(4)附餐水果	(1)紅豆湯
	11/18	週五	(4)水果	(1,2,3)香菇豬肉粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦米粉湯
第四週	11/21	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦麵
	11/22	週二	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)日式味噌拉麵、(4)附餐水果	(1,2,3)鮮菇冬粉
	11/23	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(2,3)紅蘿蔔炒蛋、(3)青菜、(2,3)油豆腐蘿蔔湯、(4)附餐水果	(2)豆漿、(1,2)肉包
	11/24	週四	(1)綠豆湯	(1,2,3)蒜香義大利麵、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)小米粥
	11/25	週五	(4)水果	(1,2,3)玉米蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1)紅豆地瓜
第五週	11/28	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1)綠豆小米粥
	11/29	週二	(1)地瓜西米露	(1,2)香菇雞肉粥、(3)花椰菜、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦麵
	11/30	週三	(4)水果	(1,2,3)肉醬義大利麵、(1,2)玉米濃湯、(4)附餐水果	麥茶、(1)吐司
	12/1	週四	(1,2)燕麥薏仁粥	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)蘿蔔湯、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓
	12/2	週五	(4)水果	(1,2,3)榨菜肉絲麵、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1,2,3)玉米粥

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)  
 2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及 4. 水果類等四大類食物。  
 3. 本園一律使用國產豬肉食材