

新北市瑞芳國小附設幼兒園115年11月菜單

日期	星期	上午點心	午餐					湯品	水果	下午點心	餐點類別檢核		
			主食	主菜	副菜一	副菜二	全穀雜糧類				豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
2	一	什錦湯麵	燕麥飯	玉米雞丁	鐵板豆腐	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	水果優格		✓	✓	✓
3	二	皮蛋瘦肉粥	糙米飯	客家小炒	蒸蛋	有機蔬菜	綜合鮮菇湯	時令水果	小兔包、燕麥奶		✓	✓	✓
4	三	黑糖饅頭、無糖豆漿	糙米飯	糖醋魚片	油杏鮑菇	有機蔬菜	薑絲蛤蚧湯	時令水果	玉米湯餛飩湯餃		✓	✓	✓
5	四	米粉湯	紫米飯	照燒雞腿	蝦仁滑蛋	有機蔬菜	酸菜肉片湯	時令水果	玉米脆片、鮮奶		✓	✓	✓
6	五	蔥抓餅、無糖豆漿	炒日式烏龍麵(肉絲、紅蘿蔔、高麗菜等)			有機蔬菜	蒜頭雞湯	時令水果	餐包、鮮奶		✓	✓	✓
9	一	香菇瘦肉粥	五穀飯	洋葱雞丁	蒜味杏鮑菇	有機蔬菜	玉米蛋花湯	時令水果	地瓜湯		✓	✓	✓
10	二	番茄雞蛋麵	燕麥飯	起司雞排	香菇紅燒冬瓜	有機蔬菜	豬肉味噌湯	時令水果	古早味米粉湯		✓	✓	✓
11	三	珍珠丸、無糖豆漿	糙米飯	青椒爆肉絲	玉米炒蛋	有機蔬菜	瓜仔雞湯	時令水果	水煮茭白筍、參茶		✓	✓	✓
12	四	菇菇肉絲湯麵	紫米飯	小黃瓜炒雞肉	螞蟥上樹	有機蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	香草泡芙、鮮奶		✓	✓	✓
13	五		戶外教育-提供美味餐盒一份										
16	一	古早味麵線	燕麥飯	番茄雞肉	菜脯蛋	有機蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	蘇打餅乾、鮮奶		✓	✓	✓
17	二	魷魚粥	糙米飯	炸雞翅	油蘿蔔油豆腐	有機蔬菜	肉片高麗菜湯	時令水果	茶碗蒸		✓	✓	✓
18	三	鮮肉包、燕麥奶	糙米飯	五香肉燥	柳瓜炒蝦仁	有機蔬菜	香菇蛤蚧湯	時令水果	水煮蛋、參茶		✓	✓	✓
19	四	乾拌麵	紫米飯	土魷魚	麻婆豆腐	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	古早味豆花		✓	✓	✓
20	五	小籠湯包、無糖豆漿	燕麥飯	雞肉咖哩飯(雞腿肉、馬鈴薯、紅蘿蔔等)		有機蔬菜	味噌魚片湯	時令水果	餐包、鮮奶		✓	✓	✓
23	一	雞絲麵	五穀飯	洋葱醬燒豬肉	香蔥綜合菇	有機蔬菜	玉米蘿蔔湯	時令水果	餛飩湯		✓	✓	✓
24	二	海鮮粥	糙米飯	三杯雞	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	時令水果	芝麻包、參茶		✓	✓	✓
25	三	鮮奶饅頭、燕麥奶	糙米飯	糖醋雞肉	油豆包	有機蔬菜	番茄蛋花湯	時令水果	香蕉、鮮奶		✓	✓	✓
26	四	香菇冬粉	紫米飯	筍絲控肉	蔥花煎蛋	有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	水煮玉米		✓	✓	✓
27	五	冰心地瓜、無糖豆漿	燕麥飯	義大利麵(肉末、玉米筍、磨菇、洋葱等)		有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	餐包、鮮奶		✓	✓	✓
30	一	玉米粥	燕麥飯	白蘿蔔蔥燒雞	洋葱蛋	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果	鮮奶紅豆湯		✓	✓	✓

※本園一律使用國產肉品、雞蛋及不含輻射污染食品

※本園未使用主管機關公告之不合格格油

※「有機蔬菜」種類以簽約廠商當日供應為主

※「時令水果」種類以簽約廠商提供之當季水果為主

※本餐點內容如遇特殊情況(貨品短缺、氣候變化、活動需求等)，會進行適當調整並提早公告

製表人: 護理師陳思穎

教保組長:

教保組 吳宜庭

主任:

幼幼園上美華主任

校長:

校長鄭益堯

