

曉星幼兒園 十一月份營養餐點表 114.11.1-114.11.30

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					五穀根莖類	蛋豆魚肉類	蔬菜類	水果類
3	一	豆漿、水果	肉燥麵、時令青菜、玉米濃湯	玉米粥	✓	✓	✓	✓
4	二	鮮奶、水果	糙米飯、洋蔥滷肉、蕃茄炒蛋、時令青菜、味噌豆腐湯	肉末粥	✓	✓	✓	✓
5	三	米漿、水果	雞肉飯、時令青菜、海帶芽湯	鹹粥	✓	✓	✓	✓
6	四	米漿、水果	滷肉飯、蒜香海帶、時令青菜、蔬菜湯	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
7	五	鮮奶、水果	蛋炒飯、時令青菜、雙色蘿蔔湯	鮮奶、玉米脆片	✓	✓	✓	✓
10	一	豆漿、水果	滷肉飯、蒜香海帶、時令青菜、薑絲冬瓜湯	滑蛋肉末粥	✓	✓	✓	✓
11	二	豆漿、水果	糙米飯、洋蔥肉燥、小魚豆干片、時令青菜、金菇湯	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
12	三	鮮奶、水果	肉燥麵、時令青菜、蕃茄蛋花湯	滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
13	四	豆漿、水果	蕃茄雞肉燴飯、時令青菜、海帶芽湯	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓
14	五	豆漿、水果	雞肉麵、時令青菜、玉米濃湯	鮮奶、玉米脆片	✓	✓	✓	✓
17	一	豆漿、水果	糙米飯、香滷肉燥、紅燒豆腐、時令青菜、海帶芽湯	米粉湯	✓	✓	✓	✓
18	二	豆漿、水果	地瓜飯、滷蛋、滷豆乾、時令青菜、青菜豆腐湯	鮮奶、麵包	✓	✓	✓	✓
19	三	米漿、水果	義大利肉醬麵、時令青菜、玉米濃湯	玉米粥	✓	✓	✓	✓
20	四	豆漿、水果	五穀飯、洋芋滷肉、蒜香豆乾、時令青菜、紫菜湯	鮮奶、玉米脆片	✓	✓	✓	✓
21	五	親子之旅						
24	一	豆漿、水果	糙米飯、香菇肉燥、毛豆炒玉米、時令青菜、蔬菜湯	葡萄乾粥	✓	✓	✓	✓
25	二	豆漿、水果	糙米飯、滷蛋、蒜香海帶、滷豆乾、時令青菜、柴魚味噌湯	玉米濃湯	✓	✓	✓	✓
26	三	米漿、水果	夏威夷火腿蛋炒飯、時令青菜、金菇湯	豆漿、麵包	✓	✓	✓	✓
27	四	豆漿、水果	糙米飯、香菇滷肉、芹菜甜不辣、時令青菜、薑絲冬瓜湯	什錦粥	✓	✓	✓	✓
28	五	米漿、水果	雞肉飯、時令青菜、黃瓜大骨湯	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓

★本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

★本園一律使用國產豬肉食材。

★本園食用咖哩塊採用日本福岡縣【佛蒙特咖哩】。

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

