

114 學年度第一學期 臺南市麻豆區港尾國小附設幼兒園 11 月份餐點表

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐
2025/11/3	一	白飯	親子丼	椒鹽四季豆	木耳高麗菜	羅宋湯	水果
2025/11/4	二	糙米飯	梅花控肉	小魚乾豆干	有機蔬菜	玉米濃湯	豆漿
2025/11/5	三	台式炒麵	蔥爆雞丁	大成麵包	台式炒麵料	紫菜蛋花湯	牛奶
2025/11/6	四	紫米飯	炸虱目魚排	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	薑絲蛤蜊湯	水果
2025/11/7	五	糙米飯	三杯雞	綜合滷味	蒜炒綠花椰	四神湯	水果
2025/11/10	一	白飯	泡菜燒肉	毛豆炒蛋	炒蚵白菜	芋頭西米露	水果
2025/11/11	二	糙米飯	滷雞腿	蒜香玉米筍	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	牛奶
2025/11/12	三	鍋燒意麵	糖醋鯛魚	大成麵包	炒大陸妹	鍋燒意麵湯	牛奶
2025/11/13	四	五穀飯	鹽麪雞肉燒	麻婆豆腐	有機蔬菜	香菇雞湯	水果
2025/11/14	五	白飯	孜然豬肉片	魚香炒蛋	炒青花菜	包心菜湯	水果
2025/11/17	一	糙米飯	咖哩雞	海帶黃豆芽	蒜炒芥藍菜	麻筍大骨湯	水果
2025/11/18	二	白飯	壽喜燒	甜椒小黃瓜	有機蔬菜	酸辣湯	豆漿
2025/11/19	三	芋頭鮪魚粥	海苔香鬆	茶葉蛋	蒜炒菜豆	鮪魚粥料	牛奶
2025/11/20	四	薑黃飯	茄汁骨腿丁	馬鈴薯時蔬	有機蔬菜	海菜豆芽湯	水果
2025/11/21	五	糙米飯	打拋豬	杏菇黑豆干	炒茼蒿	翡翠蛋花湯	水果
2025/11/24	一	白飯	栗子雞	起司玉米蛋	炒高麗菜	菇菇湯	水果
2025/11/25	二	糙米飯	蔥燒鱸魚	炸洋蔥圈	有機蔬菜	菱角蘿蔔湯	牛奶
2025/11/26	三	肉骨茶麵	金皇燒賣(2)	統一麵包	枸杞菠菜	肉骨茶麵湯	牛奶
2025/11/27	四	黎麥飯	滷排骨	紅燒油豆腐	有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	水果
2025/11/28	五	糙米飯	安東雞	番茄炒蛋	腐皮豆芽	味噌湯	水果

一、本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。

二、當日食材若有更改，會發訊息通知並可至校園食材登錄平臺網站觀看詳細資訊 <https://fatracesschool.k12ea.gov.tw/frontend/search.ht>

三、本園一律使用國產豬肉、國產牛肉食材。

四、本學期上午、下午點心供應廠商：哈克漢堡。

五、餐點內容以時令季節所取得盛產食材為主，若因氣候或特殊因素影響必要時適時變動，以當日出餐食物為準。

港尾國小附設幼兒園114年11月第1週午餐食材表

	11月3日			11月4日			11月5日			11月6日			11月7日		
	菜名	食材	規格	菜名	食材	規格	菜名	食材	規格	菜名	食材	規格	菜名	食材	規格
主食	白飯	白米		糙米飯	白米 糙米		台式炒麵	白油麵		紫米飯	白米 紫米		糙米飯	白米 糙米	
主菜	親子丼	雞柳 骨腿丁 洋蔥 雞蛋 和風醬油		梅花控肉	豬梅花肉塊 豬腱肉塊 筍干 滷包		蔥爆雞丁	骨腿丁 蔥 黑胡椒醬		炸虱目魚排	虱目魚排		三杯雞	雞腿肉 清肉丁 杏鮑菇 九層塔 中薑片 麻油	
副菜	椒鹽四季豆	四季豆 蒜末 美白菇 白胡椒 少許		小魚乾豆干	豆干片 小魚乾 青蔥 花生		大成麵包	雜糧藍莓		紅蘿蔔炒蛋	紅蘿蔔 雞蛋		綜合滷味	海帶結 豆干片 白蘿蔔 鵪鶉蛋 紅蘿蔔	
蔬菜	木耳高麗菜	高麗菜 黑木耳 蒜末		有機蔬菜	有機蔬菜 非白菜類 蒜末		台式炒麵料	美濃油蔥酥 韭菜 豆芽菜 紅蘿蔔 高麗菜 醬油 米酒		有機蔬菜	有機蔬菜 白菜類 蒜末		蒜炒綠花椰	冷凍白花椰 黑木耳 蒜末	
湯	羅宋湯	番茄 洋蔥 白蘿蔔 芹菜		玉米濃湯	冷凍玉米粒 玉米濃湯粉 雞蛋 紅蘿蔔 洋蔥		紫菜蛋花湯	紫菜 雞蛋 豬大骨		薑絲蛤蜊湯	冬瓜 蛤蜊 嫩薑絲		四神湯	大骨 四神 薏仁	
附餐										水果	水果		水果	水果	

港尾國小附設幼兒園114年11月第2週午餐食材表

	11月10日			11月11日			11月12日			11月13日			11月14日		
	菜名	食材	規格	菜名	食材	規格	菜名	食材	規格	菜名	食材	規格	菜名	食材	規格
主 食	白飯	白米		糙米飯	白米 糙米		鍋燒意麵	意麵		五穀飯	白米 五穀米		白飯	白米	
主 菜	泡菜燒肉	豬火鍋肉片 韓式泡菜		滷雞腿	雞腿 蔥 辣椒 滷包		糖醋鯛魚	台灣鯛 鳳梨罐頭 番茄醬 太白粉		鹽麴雞肉燒	清肉丁 雞腿肉丁 鹽麴 蒜末 白胡椒粉 少許 紅甜椒 洋蔥		蔥爆孜然豬	豬肉片	
副 菜	毛豆炒蛋	毛豆 雞蛋 豆干丁 紅蘿蔔		蒜香玉米筍	玉米筍 洋蔥 蒜末 紅蘿蔔		大成麵包	南瓜千層派		麻婆豆腐	板豆腐 絞肉 豆瓣醬(辣) 豆瓣醬(不辣)		魚香炒蛋	雞蛋 黑木耳 紅蘿蔔 桶筍絲 青椒 青蔥 蒜末	
蔬 菜	炒蚵白菜	蚵白菜 蒜末		有機蔬菜	有機蔬菜 非白菜類 蒜末		炒大陸妹	大陸妹 蒜末		有機蔬菜	有機蔬菜 白菜類 蒜末		炒青花菜	冷凍綠花椰 蒜末 鴻喜菇	
湯	芋頭西米露	芋頭塊 西谷米		榨菜肉絲湯	榨菜 豬肉絲		鍋燒意麵湯	高麗菜 蛤蜊 魚餃 柴魚片 金針菇 鴻喜菇		香菇雞湯	鮮香菇 帶骨雞腿丁		包心菜湯	包心菜 牛番茄 紅蘿蔔 芹菜	
水果											水果			水果	

港尾國小附設幼兒園114年11月第3週午餐食材表

	11月17日			11月18日			11月19日			11月20日			11月21日		
	菜名	食材		菜名	食材		菜名	食材		菜名	食材		菜名	食材	
主食	糙米飯	白米 糙米		白飯	白米		丁頭 鮪魚粥	白米 鮪魚罐頭		薑黃飯	白米 薑黃粉		糙米飯	白米 糙米	
主菜	咖哩雞	去骨雞腿丁 清肉丁 咖哩粉 咖哩塊 馬鈴薯 紅蘿蔔		壽喜燒	豬火鍋肉片 洋蔥		海苔香鬆	海苔香鬆 丸美屋		茄汁骨腿丁	骨腿丁 番茄醬 牛番茄 蔥		打拋豬	全瘦絞肉 九層塔 番茄 蒜末 檸檬汁 低脂絞肉	
副菜	海帶黃豆芽	海帶結 黃豆芽 豆干片		甜椒小黃瓜	小黃瓜 紅椒 黃椒 蒜末		茶葉蛋	茶葉蛋		馬鈴薯時蔬	馬鈴薯 小黃瓜 紅蘿蔔 豬絞肉		杏菇黑豆干	黑豆干 杏鮑菇 紅蘿蔔	
蔬菜	蒜炒芥藍菜	芥藍菜 蒜末		有機蔬菜	有機蔬菜 非白菜類 蒜末		蒜炒菜豆	菜豆 蒜末		有機蔬菜	有機蔬菜 白菜類 蒜末		炒油菜	油菜 蒜末	
湯	麻筍大骨湯	麻竹筍 新鮮 大骨		酸辣湯	黑木耳絲 紅蘿蔔 雞蛋 酸辣湯包 桶筍絲 豬血 豆腐		鮪魚粥料	芋頭 蛋 洋蔥 紅蘿蔔 青蔥 木耳 高麗菜		海菜豆芽湯	海帶芽 黃豆芽 柴魚片 青蔥		翡翠蛋花湯	冷凍翡翠 雞蛋 大骨	
附餐	水果			豆漿			牛奶			水果			水果		

港尾國小附設幼兒園114年11月第4週午餐食材表

	11月24日			11月25日			11月26日			11月27日			11月28日		
	菜名	食材		菜名	食材		菜名	食材		菜名	食材		菜名	食材	
主食	白飯	白米		糙米飯	白米 糙米		肉骨茶麵	白油麵		黎麥飯	白米 黎麥		糙米飯	白米 糙米	
主菜	栗子雞	骨腿丁 栗子		蔥燒鱸魚	鱸魚丁 蔥 蒜頭 薑 米酒		金皇燒賣	金黃燒賣 桂冠		滷排骨	排骨 滷包 蔥 辣椒		安東雞	雞腿丁	
副菜	起司玉米蛋	冷凍玉米粒 雞蛋 起司絲 紅蘿蔔 切丁		炸洋蔥圈	裹粉洋蔥圈		統一麵包	藍莓華天貝果		紅燒油豆腐	油豆腐 紅蘿蔔 白蘿蔔 蔥		番茄炒蛋	牛番茄 雞蛋	
蔬菜	炒高麗菜	高麗菜 蒜末 黑木耳		有機蔬菜	有機蔬菜 非白菜類 蒜末		枸杞菠菜	菠菜 蒜末 枸杞		有機蔬菜	有機蔬菜 白菜類 蒜末		腐皮豆芽	豆芽菜 腐皮 蒜末 番茄醬	
湯	菇菇湯	薑絲 鴻喜菇 美白菇		菱角蘿蔔湯	菱角 紅蘿蔔 大骨		肉骨茶湯	肉骨茶包 小磨坊 豬小排丁 蒜仁		黃瓜魚丸湯	魚丸 大黃瓜 大骨		味噌湯	嫩豆腐 海帶芽 味噌 白蘿蔔	
附餐	水果			牛奶			牛奶								

製表人：

主任：

校長：