



## 臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 108 學年度第 1 學期 11 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
11/1	五	蔬菜蛋餅 綠豆汁	糙米飯、蒙古炒肉、枸杞小白菜、甜椒百頁、魚皮湯、水果	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
11/4	一	廣東粥	五穀飯、三杯雞、青江秀珍菇、胡瓜滑蛋、竹筍肉絲湯、水果	小肉包 豆漿	✓	✓	✓	✓
11/5	二	雞絲麵	白米飯、什錦翡翠、扁蒲蝦米、咖哩粉絲、西瓜綿魚柳湯、水果	小波蘿麵包 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
11/6	三	翡翠雞茸玉米粥	麻醬麵、鮮蔬雞丁、玉米濃湯、水果	小可頌 豆漿	✓	✓	✓	✓
11/7	四	鍋貼 低糖麥茶	紫米飯、壽喜燒肉、炒青江菜、紅蘿蔔炒蛋、蘿蔔魚丸湯、水果	奶油餐包 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
11/8	五	什錦烏龍麵	白米飯、照燒雞、蒜炒油菜、珍菇絲瓜、綠豆湯、水果	薯餅 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
11/11	一	清粥小菜	小米飯、豆豉雞、蒜香大陸妹、大黃瓜甜不辣、海帶芽豆腐湯、水果	起司蛋餅	✓	✓	✓	✓
11/12	二	湯餃	白米飯、酥炸柳葉魚、開陽白菜、花瓜炒蛋、冬瓜薑絲蛤蜊湯、水果	原味豆花	✓	✓	✓	✓
11/13	三	吻仔魚粥	大滷麵羹、地瓜甘梅薯條、水果	車輪餅	✓	✓	✓	✓
11/14	四	什錦拉麵	白米飯、沙茶豬肉燴飯、雙色花椰菜、培根炒馬鈴薯、刺瓜貢丸湯、水果	草莓吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
11/15	五	壽司 冬瓜茶	胚芽飯、糖醋肉丁、青江杏鮑菇、洋蔥炒蛋、蘿蔔玉米湯、水果	綠豆地瓜	✓	✓	✓	✓
11/18	一	枸杞麵線	白米飯、鹹酥雞、高麗菜炒香菇、豆薯滑蛋、紫菜蛋花湯、水果	鬆餅	✓	✓	✓	✓
11/19	二	碗粿	胚芽飯、雙菇炒豆包、炒小白菜、大黃瓜炒魚捲、南瓜濃湯、水果	鮮奶脆片	✓	✓	✓	✓
11/20	三	鴨肉冬粉	炒烏龍麵、餛飩湯、水果	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
11/21	四	鍋燒意麵	白米飯、客家小炒、炒綠豆芽、麻婆豆腐、高麗菜金針菇湯、水果	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
11/22	五	小牛角麵包	戶外教學美味餐點、麵包、水果	蜂蜜蛋糕	✓	✓	✓	✓
11/25	一	南瓜海鮮濃湯	糙米飯、咖哩雞、薑絲炒絲瓜、玉米炒蛋、蔬菜肉絲湯、水果	玉米蘿蔔魚丸湯	✓	✓	✓	✓
11/26	二	當歸麵線	白米飯、香酥鯖魚、蒜香大陸妹、家常豆腐、翡翠蛋花湯、水果	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
11/27	三	西點麵包 養樂多	雞茸玉米蔬菜粥、綜合滷味、健健美優酪乳、水果	甜甜圈 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
11/28	四	蘿蔔糕	小米飯、味噌燒肉、雙色花椰菜、燴冬瓜、田園蔬菜湯、水果	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
11/29	五	地瓜粥拌魚鬆	白米飯、黑胡椒肉絲、燙青江菜、番茄豆腐、紅豆湯圓、水果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓

備註:

☆餐點若有變更，以當日實物為準！

☆11/27(三)11月份慶生會

☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供水果！

製表:

教保員蔡美鳳

園主任:

教師兼附設  
幼兒園主任 陳月霜

校長:

臺南市佳里區  
仁愛國民小學 楊宗穎