



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 111 學年度第 1 學期 11 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
11/1	二	蔬菜蛋餅 綠豆汁	海苔香鬆飯、糖醋鱸魚丁、三色豆炒蛋、炒有機白菜、枸杞冬瓜文蛤湯	香蕉	蘑菇濃湯	✓	✓	✓	✓
11/2	三	小西點 蘋果汁	肉絲蛋炒飯、白菜滷、黑胡椒毛豆莢、綜合白蘿蔔湯、保久乳	橘子	杯子蛋糕	✓	✓	✓	✓
11/3	四	香菇肉羹麵	白飯、滷雞腿、小黃瓜炒培根、南瓜炒高麗菜、味噌湯	甜柿	玉米蘿蔔排骨湯	✓	✓	✓	✓
11/4	五	燕麥粥	糙米飯、筍乾控肉、黃瓜燴鵪鶉蛋、炒有機味美菜、金針脆筍雞湯	香蕉	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
11/7	一	清粥小菜 麵筋、煎蛋	白飯、花生豬腳、雙花燴貢丸、薑炒有機蚵白菜、桂竹筍豬骨湯	甜柿	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
11/8	二	蘿蔔糕 低糖麥茶	五穀飯、鯛魚豆腐煲、小黃瓜炒蛋、蒜炒高麗菜、金針菇魚丸湯	橘子	茶碗蒸	✓	✓	✓	✓
11/9	三	當歸麵線	南瓜炒米粉、燒烤雞翅、韭菜炒豆芽、酸辣湯、保久乳	甜柿	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
11/10	四	魚皮粥	白飯、泡菜炒肉片、炸醬炒五丁、蒜炒空心菜、山藥香菇雞湯	橘子	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
11/11	五	蔬菜拉麵	胚芽米飯、番茄燒雞、白菜獅子頭、油蔥有機青松菜、海帶芽蛋花湯	火龍果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
11/14	一	翡翠雞茸玉 米粥	白飯、蠔油雞丁米血、筍白筍炒肉絲、薑炒有機尼龍白菜、冬菜鴨肉冬粉湯	橘子	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
11/15	二	什錦板條湯	五穀米飯、蒲燒鯛魚、菇菇炒蛋、田園大白菜、大黃瓜蛤蜊湯	蘋果	椰香西米露	✓	✓	✓	✓
11/16	三	玉米瘦肉粥	義大利肉醬麵、鹽酥雞、甜椒雙花、南瓜濃湯、保久乳	橘子	三色豆花	✓	✓	✓	✓
11/17	四	排骨酥麵	白飯、瓜仔肉燥、高麗菜炒培根、鮮蔬四季豆、海帶芽豆腐湯	甜柿	薏仁燕麥	✓	✓	✓	✓
11/18	五	肉燥米粉湯	地瓜飯、醬燒雞丁、魚香杏鮑菇、蒜炒有機青松菜、豆薯蛋花湯	蘋果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
11/21	一	地瓜粥 歐姆蛋	白飯、胡麻醬雞丁、麻婆豆腐、炒有機蚵白菜、紫菜蛋花湯	甜柿	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
11/22	二	蔬菜蛋餅 綠豆汁	胚芽米飯、泰式打拋肉、小瓜香腸、泡菜炒豆芽、海帶芽味噌湯	橘子	香菇雞湯	✓	✓	✓	✓
11/23	三	珍珠丸子 紫菜蛋花湯	芋頭香菇粥、香酥魚排、肉燥地瓜葉、保久乳	蘋果	三明治 豆漿	✓	✓	✓	✓
11/24	四	枸杞麵線	海苔香鬆飯、芥藍炒豬柳、桂竹筍炒豆乾、枸杞菠菜、剝皮辣椒雞湯	芭樂	南瓜海鮮濃湯	✓	✓	✓	✓
11/25	五	小米蛋花粥	白飯、麻油雞、玉米肉末、炒有機尼龍白菜、羅宋湯	橘子	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
11/28	一	義大利肉醬 麵	地瓜飯、泰式塔香雞腿、榨菜炒豆乾、蒜炒有機青松菜、白菜香菇豬骨湯	芭樂	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
11/29	二	起司蛋餅 豆漿	白米飯、白豆瓣石斑魚、紅蘿蔔炒蛋、蒜炒大陸妹、麻油猴頭菇燉湯	香蕉	鴨肉冬粉	✓	✓	✓	✓
11/30	三	水果布丁蛋 糕低糖麥茶	紅燒排骨湯麵、香酥豬排、豆皮青江菜、保久乳	芭樂	全穀饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓

用餐
天數：22 天

備註：

☆11/30(三) 11 月份慶生會

☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！

☆如幼兒對甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、芝麻、堅果類、含麩質穀物、魚類、亞硫酸鹽類及其製品有過敏情形，請事先告知老師，避免食用而引發不適！

☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果，並隨產季機動調整！

☆本園一律使用國產豬肉、牛肉及符合食品安全標準食材！

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
仁愛國民小學校長 楊宗穎

