臺北市士林區蘭雅國民小學附設幼兒園 11 月份菜單

115.10.29 修訂

星期餐別	11/02 星期一	11/03 星期二	11/04 星期三	11/05 星期四	11/06 星期五
早上點心	水果百匯麵包、鮮奶	生日蛋糕👑、鮮奶	雞絲麵	小兔包、燕麥奶	蛋餅、豆漿
中午午餐	筊白筍炒肉絲 蝦仁炒大黃瓜 馬鈴薯煎餅 蔬菜蛋花湯 香蕉	蒜香蒸肉 大白菜紅蘿蔔 炒季節蔬菜 金茸蛋花湯 椪柑	咖哩雞肉飯 川燙綠花椰 玉米蘿蔔湯 蘋果	清蒸鱈魚 玉米炒肉末 有機蔬菜 香菇雞湯 小番茄	烤肉片 香菇燒豆腐 炒時蔬 金茸蛋花湯 百香果
下午點心	煮玉米	紅豆湯	銀絲卷、糙米漿	粄條湯	小燻雞麵包、鮮奶
星期餐別	11/09 星期一	11/10 星期二	11/11 星期三	11/12 星期四	11/13 星期五
早上點心	小藍莓麵包、鮮奶	南瓜肉末粥	麻油麵線	燒賣、豆漿	蘿蔔糕湯
中午午餐	滷雞翅 玉米蒸蛋 清炒高麗菜 蘿蔔肉塊湯 柳丁	洋蔥豬柳 蝦仁炒蛋 清炒綠花椰 冬瓜香菇湯 鳳梨	什錦炒飯 蔬菜肉塊湯 葡萄	蒲燒魚片 螞蟻上樹 有機蔬菜 金茸蛋花湯 芭樂	瓜仔肉燥 紅燒豆腐 炒時蔬 蔬菜貢丸湯 芭樂
下午點心	愛玉	豆花花生湯	蘇打餅乾、優酪乳	薏仁湯	小克林姆麵包、鮮奶
星期餐別	11/16 星期一	11/17 星期二	11/18 星期三	11/19 星期四	11/20 星期五
早上點心	桑椹核果麵包、鮮奶	玉米雞蓉粥	綜合壽司、味噌湯	小肉包、糙米漿	干貝蔬菜粥
中午午餐	蘋果洋蔥燉雞 番茄燴豆腐 炒大白菜 蓮藕肉塊湯 香蕉	蘿蔔紅燒肉 馬鈴薯蒸蛋 清炒綠花椰 玉米香菇湯 椪柑	什錦炒麵/烏龍麵 鮮魚蔬菜豆腐湯 小番茄	香菇蒸鱈魚 毛豆玉米炒蛋 有機蔬菜 白菜肉片湯 百香果	義式料理 川燙綠花椰 玉米濃湯 蘋果
下午點心	冰心地瓜、麥茶	紅豆紫米湯	仙貝、優酪乳	雞絲麵	豆漿蛋糕捲、鮮奶
星期餐別	11/23 星期一	11/24 星期二	11/25 星期三	11/26 星期四	11/27 星期五
早上點心	**運動會補假一日**	皮蛋瘦肉粥	香鬆飯糰、豆漿	蘿蔔糕、蛋花湯	烏龍湯麵
中午午餐		香菇肉燥 蝦仁燴豆腐 燙秋葵 大黃瓜魚丸湯 柳丁	什錦炒米粉 蘿蔔肉塊湯 芭樂	烤鮭魚 小黃瓜炒甜不辣 有機蔬菜 蔬菜魚餃湯 葡萄	蒜泥白肉 番茄炒蛋 炒時蔬 蔬菜吻仔魚湯 百香果
下午點心		銀耳蓮子	海鹽雪燒、優酪乳	肉醬義大利麵	小菠蘿麵包、鮮奶
星期餐別	11/30 星期一				
早上點心	原味蔬菜吐司、鮮奶				
中午午餐	什錦燴飯 蘿蔔湯 蘋果				
下午點心	蔬菜餅乾、優酪乳				

◎豆類製品使用非基因改造食品。
◎水果、蔬菜視季節調整變化。
◎每個月第一天為當月壽星慶生。
◎每週四為有機蔬菜日。
◎每週五食用五穀雜糧飯。
◎本園一律使用國產豬肉及雞肉
◎幼兒對某種食物有特殊禁忌或要求者，請事先知會老師。