

金門縣金寧中小學附設幼兒園 111 年 11 月份餐點表

日期	星期	早點		主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果	午點
11/1	二	刈包蛋	鮮奶	糙白米飯	豆酥蒸鱈魚	青椒炒肉絲	季節時蔬	筍子雞湯	水果	豚骨拉麵
11/2	三	南瓜鮮蔬瘦肉粥	鮮奶	什錦炒麵+大白菜砂鍋魚頭湯					水果	披薩
11/3	四	什錦時蔬麵疙瘩	鮮奶	十穀飯	薑汁燒豆腐	蕃茄炒蛋	季節時蔬	什錦百菇湯	水果	生日蛋糕
11/4	五	雞腿排吐司	鮮奶	糙白米飯	三杯雞丁	螞蟻上樹	季節時蔬	肉骨茶湯	水果	鍋貼
11/7	一	蒜香厚片	鮮奶	五穀飯	麻油肉片	蜜汁滷味	季節時蔬	干貝雞湯	水果	紅豆餅
11/8	二	皮蛋瘦肉粥	鮮奶	糙白米飯	香酥土魷魚	鮮蔬壽喜燒	季節時蔬	玉米排骨湯	水果	五行時蔬蕎麥麵
11/9	三	什錦烏龍麵	鮮奶	芋頭鹹飯+蔬菜肉丸麵線湯					水果	關東煮
11/10	四	起司菇菇帕尼尼	鮮奶	十穀飯	沙茶炒豆干	日式蒸蛋	季節時蔬	素紅燒湯	水果	南瓜濃湯
11/11	五	肉包	鮮奶	糙白米飯	香滷雞腿	椒鹽花椰菜佐蝦仁	季節時蔬	蘑菇馬蹄湯	水果	營養穀片
11/14	一	玉米蛋餅	鮮奶	五穀飯	式親子丼	鮮菇燴水蓮	季節時蔬	水梨排骨湯	水果	芋香小卷米粉湯
11/15	二	鮮蔬意麵	鮮奶	糙白米飯	荷蘭豆炒三鮮	糖醋雞丁	季節時蔬	蘿蔔魚丸湯	水果	雞蛋糕
11/16	三	海產粥	鮮奶	高麗菜肉絲蛋炒飯+蜜汁雞腿*+大滷湯					水果	鮮蔬餛飩湯
11/17	四	蘿蔔糕	鮮奶	十穀飯	紅燒洋芋煮	玉米枸杞炒蛋	季節時蔬	蕃茄豆腐湯	水果	紅豆燕麥湯
11/18	五	肉蛋吐司	鮮奶	糙白米飯	橙汁排骨	鮮蔬大黃瓜	季節時蔬	蘋果紅棗雞湯	水果	蒸餃
11/21	一	鮭魚蛋堡	鮮奶	五穀飯	香菇肉燥	白菜滷	季節時蔬	仙草雞湯	水果	高麗菜糙米排骨粥
11/22	二	鍋燒雞絲麵	鮮奶	糙白米飯	西芹炒三鮮	洋蔥豬柳	季節時蔬	冬瓜排骨湯	水果	章魚燒
11/23	三	山藥雞肉粥	鮮奶	茄汁花椰菜義大利螺旋麵+馬鈴薯濃湯					水果	鮮蔬干貝粉絲煲
11/24	四	法式吐司	鮮奶	十穀飯	壽喜燒凍豆腐	塔香烘蛋	季節時蔬	紫菜蛋花湯	水果	素紅燒陽春麵
11/25	五	式燒肉飯糰	鮮奶	糙白米飯	甜豆炒雞柳	客家小炒	季節時蔬	義式海鮮湯	水果	起司麵包
11/28	一	饅頭夾蛋	鮮奶	五穀飯	香煎鮭魚	泰式粉絲	季節時蔬	關東煮湯	水果	肉燥湯麵
11/29	二	香菇滑蛋瘦肉粥	鮮奶	糙白米飯	蒜泥白肉	乾扁四季豆	季節時蔬	香菇雞湯	水果	南瓜吐司
11/30	三	鱈魚堡	鮮奶	高麗菜豬肉水餃+法式洋蔥湯					水果	蕃茄瘦肉麵疙瘩

★本公告為參考用，若實際狀況有困難會依此準備其他的點心或食材。

★營養補給站-11月17日供應「護眼蔬食餐」

★本園一律採用國產豬肉，不食用牛肉。

★午餐或點心菜單中若有幼兒會過敏的食材，請提醒老師。