**臺北市信義區興雅國小附設幼兒園109學年度11月餐點表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **星期** | **上 午 點 心** | **午餐** | | | | | | **下 午 點 心** |
| **主食** | **主菜** | **副菜** | **青菜** | **湯** | **水果** |
| 11/2 | 一 | 小軟式蒜條、優酪乳 | 水餃 | | | | 玉米濃湯 | 水果 | 雞絲麵 |
| 11/3 | 二 | 廣東粥 | 糙米飯 | 煎多力魚 | 文蛤蒸蛋 | 有機蔬菜 | 南瓜排骨湯 | 水果 | 乳酪火腿吐司 |
| 11/4 | 三 | 生日蛋糕、鮮奶 | 紫米飯 | 筍絲控肉 | 雞捲 | 時令青菜 | 山藥排骨湯 | 水果 | 關東煮 |
| 11/5 | 四 | 貢丸米粉湯 | 糙米飯 | 蜜汁雞腿 | 蘑菇炒青花菜 | 有機蔬菜 | 四神湯 | 水果 | 小西點、鮮奶 |
| 11/6 | 五 | 焦糖花捲饅頭、麥茶 | 紫米飯 | 蒜泥白肉 | 紅燒四喜烤麩 | 時令青菜 | 海帶芽湯 | 水果 | 優格 |
| 11/9 | 一 | 菠蘿奶酥、鮮奶 | 咖哩飯 | | | | 味噌豆腐湯 | 水果 | 銀耳蓮子湯、餅乾 |
| 11/10 | 二 | 海鮮麵 | 糙米飯 | 香煎鮭魚 | 日式蒸蛋 | 有機蔬菜 | 牛蒡排骨湯 | 水果 | 法式千層蛋糕 |
| 11/11 | 三 | 低卡三明治、優酪乳 | 紫米飯 | 芋香排骨 | 炒三色 | 時令青菜 | 鳳梨苦瓜雞湯 | 水果 | 香椿抓餅 |
| 11/12 | 四 | 雞容玉米菇菇粥 | 糙米飯 | 蒜蓉粉絲  海鮮堡 | 肉末南瓜 | 有機蔬菜 | 蓮藕排骨湯 | 水果 | 鳳梨酥、鮮奶 |
| 11/13 | 五 | 起司蛋餅、豆漿 | 紫米飯 | 滷雞腿 | 彩椒杏鮑菇 | 時令青菜 | 蘿蔔排骨湯 | 水果 | 餛飩湯 |
| 11/16 | 一 | 起酥肉鬆麵包、鮮奶 | 炒烏龍麵 | | | | 莧菜銀魚羹 | 水果 | 紅豆紫米粥 |
| 11/17 | 二 | 鮪魚麵線 | 糙米飯 | 蒜香吻仔魚 | 綜合滷味 | 有機蔬菜 | 香菇雞湯 | 水果 | 三峽牛角酥、優酪乳 |
| 11/18 | 三 | 布魯藍莓吐司、鮮奶 | 紫米飯 | 和風雞腿排 | 蘆筍炒蝦仁 | 時令青菜 | 黃瓜排骨湯 | 水果 | 蘿蔔糕湯 |
| 11/19 | 四 | 南瓜精力粥 | 糙米飯 | 豆酥鱈魚 | 香煎黃金豆腐 | 有機蔬菜 | 竹筍排骨湯 | 水果 | 高麗菜包 |
| 11/20 | 五 | 米苔目湯 | 紫米飯 | 香腸 | 洋蔥炒蛋 | 時令青菜 | 肉羹湯 | 水果 | 甜玉米 |
| 11/23 | 一 | 高鈣起士、優酪乳 | 海鮮燴飯 | | | | 羅宋湯 | 水果 | 雞塊、青菜蛋花湯 |
| 11/24 | 二 | 鍋燒意麵 | 糙米飯 | 柳葉魚 | 家常豆腐 | 有機蔬菜 | 玉米排骨湯 | 水果 | 克林姆麵包、鮮奶 |
| 11/25 | 三 | 蔥肉脯熱狗、鮮奶 | 紫米飯 | 蘿蔔燉肉 | 毛豆蝦仁炒蛋 | 時令青菜 | 蕃茄豆腐湯 | 水果 | 油豆腐細粉 |
| 11/26 | 四 | 吻仔魚瘦肉粥 | 糙米飯 | 蘑菇馬鈴薯雞 | 黃瓜甜不辣 | 有機蔬菜 | 魚丸湯 | 水果 | 蛋塔 |
| 11/27 | 五 | 紅豆捲心饅頭、米漿 | 紫米飯 | 鶉蛋香菇肉燥 | 甜豆玉米筍 | 時令青菜 | 芋頭排骨湯 | 水果 | 奶酪 |
| 11/28 | 六 | 餐盒 | | | | | | | |
| 11/30 | 一 | 校慶補假 | | | | | | | |

◎「有機蔬菜」每週至少一次。

◎**本園一律使用國產豬、牛肉食材。**

◎本表僅供家長參考，如遇市場休市、颱風、時令等情況將略為更動菜單內容，敬請見諒！