

賢北國小附設幼兒園

113年11月份餐點表

週別	星期	一	二	三	四	五
第十週	日期					11/1
	上午					紫米珍珠丸 豆漿
	食材:					黑米糯米，豬絞肉，玉米粒，黃豆
	下午					鍋貼 文旦
	食材					高麗菜，豬絞肉，水餃皮
第十一週	日期	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8
	上午	南瓜鮮肉粥	奶油土司 玉米濃湯	港式蘿蔔糕 薏仁漿	酸辣湯	10.11月 慶生會
	食材	南瓜，肉絲，高麗菜，胡蘿蔔，白米	奶油，土司，洋蔥，玉米粒，胡蘿蔔，雞蛋，火腿丁	白蘿蔔，在來米，肉燥，蝦米，薏仁	肉絲，豆腐，雞蛋，高麗菜，胡蘿蔔，金針菇，竹筍	雞蛋，牛奶，麵粉
	下午	茶葉蛋 西瓜	珍珠豆花 橘子	紅豆薏仁湯 文旦	脆皮芝麻烤 饅頭+芭樂	麥克雞塊 蘋果
	食材	雞蛋，滷包，茶包	粉圓，黃豆	紅豆，薏仁	黑芝麻，麵粉	雞絞肉，麵粉
第十二週	日期	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15
	上午	全麥饅頭 豆漿	小籠湯包 麥茶	漢堡 豆漿	雞蓉玉米粥	炒南瓜米粉
	食材	全麵麵粉，黃豆	豬絞肉，麵粉，麥茶	漢堡肉，漢堡包，黃豆	雞胸肉，玉米粒，胡蘿蔔，白米	南瓜，肉絲，胡蘿蔔，高麗菜，米粉
	下午	紅豆車輪餅 芭樂	水煮玉米 橘子	素當歸鴨湯 蘋果	旗魚黑輪 西瓜	珍珠仙草湯 柳丁
	食材	紅豆，麵粉	玉米	當歸，豆輪，枸杞，紅棗	魚漿，地瓜粉	粉圓，仙草凍

第十三週	日期	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22
	上午	香菇肉羹	藍莓土司 枸杞紅棗茶	蛋餅 豆漿	碗粿 味噌湯	關東煮
	食材	香菇，肉羹，竹筍，木耳，高麗菜，胡蘿蔔	藍莓果醬，土司，枸杞，紅棗	雞蛋，冷凍蛋餅皮，黃豆	鴨蛋黃，肉燥，在來米，豆腐，味噌，海帶芽	胡蘿蔔，玉米，米血，黑輪
	下午	芝麻包 橘子	豆沙包 芭樂	紅豆豆花 柳丁	蔥花捲 蘋果	銅鑼燒 橘子
	食材	黑芝麻，麵粉	紅豆，麵粉	紅豆，黃豆	青蔥，麵粉	紅豆，麵粉
第十四週	日期	11/25	11/26	11/27	11/28	11/29
	上午	蔬菜鮮肉粥	金針蘿蔔排 骨湯	水餃 蛋花湯	土司夾蛋 豆漿	蔬菜豆腐羹
	食材	肉絲，高麗菜，木耳，胡蘿蔔，白米	金針菇，白蘿蔔，胡蘿蔔，豬小排	高麗菜，豬絞肉，水餃皮，膜蛋，胡蘿蔔	土司，雞蛋，黃豆	高麗菜，豆腐，胡蘿蔔，豆皮
	下午	茶葉蛋 柳丁	大黃瓜魚丸 湯+芭樂	小肉包 橘子	紅豆湯圓 蘋果	脆皮芝麻烤 饅頭+芭樂
	食材	雞蛋，茶葉，滷包	胡瓜，魚丸	豬絞肉，麵粉	紅豆，糯米	黑芝麻，麵粉

★餐點表會依實際狀況略有更動

★所有肉品來源一律使用國產



均衡飲食最健康

承辦：董怡伶 園主任：侯雅馨 校長：王韋程