

臺北市文山區景美國小附設幼兒園 112 年 11 月餐點表

11/1	三	燕麥奶&水煮蛋	蒜味魚片義大利麵、香滷雞塊、蕃茄豆腐湯、花椰菜、蘋果	肉包、青菜豆腐湯
11/2	四	鮮奶、蒸地瓜	五穀飯、糖醋排骨、蔥爆干片、柴魚味噌湯、萵苣、木瓜	麻油雞麵線
11/3	五	起司鹹粥	紫米飯、梅子燒雞、鹹蛋四季豆、紫菜排骨湯、高麗菜、芭樂	肉片吐司、豆漿
11/6	一	全豆豆漿&堅果	肉燥飯、紅燒什錦、鯛魚味噌湯、萵菜、雪梨	台式米苔目
11/7	二	優酪乳&蘋果	藜麥飯、豆瓣魚片、燻燒雙色豆、黃瓜排骨湯、萵苣、香蕉	鹹蛋鮮蔬粥
11/8	三	燕麥奶&香滷蛋	雞肉咖哩飯、滷味拼盤、鮮菇排骨湯、高麗菜、芭樂	肉絲米粉湯
11/9	四	鮮奶、蒸南瓜	十穀飯、櫛瓜雞丁、玉米肉蓉、蕃茄蛋花湯、菠菜、木瓜	鮮肉山藥湯
11/10	五	肉蛋燕麥粥	紫米飯、壽喜燒、滷蛋、麻油雞湯、花椰菜、芭樂	麻醬麵、豆漿
11/13	一	全豆豆漿&堅果	炒飯條、糖醋豆腐、昆布排骨湯、高麗菜、木瓜	總匯洋芋蛋
11/14	二	優酪乳&香蕉	藜麥飯、薑汁燒肉、鮮炒三絲、鳳梨雞湯、萵菜、蘋果	芋頭瘦肉粥
11/15	三	燕麥奶&水煮蛋	堅果鮮菇炒飯、麻油蔥爆雞塊、菠菜蛋花湯、萵苣、柳丁	肉燥蘿蔔糕湯
11/16	四	鮮奶&蒸馬鈴薯	十穀飯、醬燒百菇魚片、蕃茄豆腐、蘿蔔排骨湯、青江菜、芭樂	酸辣湯餃
11/17	五	高麗菜肉粥	紫米飯、香菇肉燥、什錦蒸蛋、洋蔥味噌湯、豆芽菜、蓮霧	豆沙包、鮮豆漿
11/20	一	全豆豆漿&堅果	波蘿雞丁炒飯、佛跳牆、羅宋湯、地瓜葉、芭樂	擔仔麵
11/21	二	優酪乳&香蕉	藜麥飯、清蒸鱈魚、什錦咖哩、山藥排骨湯、高麗菜、蘋果	油豆腐細粉湯
11/22	三	燕麥奶&蒸蛋	台式炒麵、蜜汁檸檬雞、蘿蔔貢丸湯、花椰菜、極柑	魚片蔬菜糙米粥
11/23	四	鮮奶&全麥吐司	五穀飯、照燒肉片、香滷豆干、五行排骨湯、青江菜、木瓜	什錦飯條
11/24	五	體表會補休一天		
11/27	一	全豆豆漿&堅果	廣東粥、三杯肉片、菠菜、甜柿	洋芋什錦湯
11/28	二	優酪乳&香蕉	藜麥飯、親子丼、鮮菇炒肉絲、豆腐味噌湯、高麗菜、蘋果	薑汁地瓜撞奶
11/29	三	燕麥奶&水煮蛋	香菇雞飯、蔥燒豆腐、蔬菜排骨湯、青江菜、柳丁	珍珠丸、銀耳蓮子湯
11/30	四	鮮奶&蒸地瓜	十穀飯、洋蔥燒魚、滷蛋馬鈴薯、枸杞雞湯、龍鬚菜、木瓜	青菜蛋花湯餃

※本園所提供的肉品及相關製品(例如水餃、鍋貼…)來源,皆為國產並符合CAS標章。

※每日餐點均含全穀、根莖類、魚肉豆蛋奶、蔬菜及水果五大類食物。

※此為預設菜單,會符合菜色供餐。若有天候或供應商等突發因素,或許會稍有更動,恕不另通知。

餐點組:

教保員兼
教保組長 **王雅玲**

園主任:

教師兼
幼兒園主任 **李欣蓮**

校長:

臺北市文山區
景美國小
校長 **康燕玉**

