



臺中市陳平非營利幼兒園 幼兒餐點表【113年11月】



第一週						11/1 (五)
						咖哩湯麵
						(營養糙米飯) 醬炒魚片 干貝蒸蛋 季節時蔬 越式肉片湯 四季水果
午點						桂圓米糕粥
第二週	11/4 (一)	11/5 (二)	11/6 (三)	11/7 (四)	11/8 (五)	
早點	包子+牛奶	蔥油抄手	福州魚丸湯	高麗菜水餃	餡餅+牛奶	
午餐	(紅藜飯) 紅蘿嫩馬鈴薯 蔥香豆腐 季節時蔬 蛋花湯 四季水果	(香香松子飯) 香炒叻仔魚 茶碗蒸 季節時蔬 青木瓜雞骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 三杯雞 豆薯燴炒 季節時蔬 紫菜味噌湯 四季水果	台式炒麵 季節時蔬 蕃茄嫩腐湯 四季水果	(營養糙米飯) 傳統焢肉 木須玉筍炒蛋 季節時蔬 冬瓜排骨湯 四季水果	
午點	肉燥拉麵	綠豆麥片粥	麵包+紅棗飲	香鬆小米飯丸	仙草蜜	
第三週	11/11 (一)	11/12 (二)	11/13 (三)	11/14 (四)	11/15 (五)	
早點	銀絲捲+牛奶	糙米雞粥	鮮肉冬粉湯	水煎包+牛奶	雞絲麵	
午餐	(健康小米飯) 毛豆干丁 蔬菜烘蛋 季節時蔬 南瓜濃湯 四季水果	(香香芝麻飯) 蔥炒魚片 黃瓜燴炒 季節時蔬 金菇肉絲湯 四季水果	(高纖麥片飯) 甘味肉丸子 蔥花蛋 季節時蔬 牛蒡排骨湯 四季水果	咖哩洋芋雞肉飯 季節時蔬 丁香海芽湯 四季水果	(營養糙米飯) 咕咾肉 金沙洋蔥 季節時蔬 蚵仔湯 四季水果	
午點	陽春麵	香甜玉米排骨湯	椰香紫米露	綜合滷味	生日蛋糕	
第四週	11/18 (一)	11/19 (二)	11/20 (三)	11/21 (四)	11/22 (五)	
早點	葡萄乾*牛奶燕麥片	聰明鮭魚粥	香菇肉絲羹清湯	皮蛋瘦肉粥	客家湯麵	
午餐	(紅藜飯) 紅燒麵腸 雙色炒蛋 季節時蔬 蕃茄黃芽湯 四季水果	(營養糙米飯) 蒜香炒絞肉 山藥什燴 季節時蔬 包白什錦湯 四季水果	(健康小米飯) 玉筍雞丁 蔥爆豆干 季節時蔬 大瓜雞骨湯 四季水果	義大利肉醬麵 季節時蔬 蔬菜湯 四季水果	(營養糙米飯) 薑絲魚片 肉末豆腐 季節時蔬 蘿蔔排骨湯 四季水果	
午點	麻油雞麵線	花生豆花	醬淋蘿蔔糕	薑汁地瓜湯	饅頭+牛奶	
第五週	11/25 (一)	11/26 (二)	11/27 (三)	11/28 (四)	11/29 (五)	
早點	黑糖捲+牛奶	麵裸條	玉米濃湯	冬瓜肉穀粥	蔬菜銀魚羹	
午餐	(高纖麥片飯) 五香凍豆腐 韭香炒蛋 季節時蔬 養生菇湯 四季水果	(健康小米飯) 腰果雞丁 茄汁甜條 季節時蔬 鮮味海菜湯 四季水果	(營養糙米飯) 炒三鮮 芽菜滷腐皮 季節時蔬 番茄蛋花湯 四季水果	香菇炒水粉 滷蛋 菠菜肉片湯 四季水果	(小薏仁飯) 蔥酥肉燥 芹香豆干 季節時蔬 木須排骨湯 四季水果	
午點	金瓜肉粥	鳳梨銀耳羹	起司夾吐司	馬拉糕+牛奶	芋香紅豆湯	

※ 本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、含麩質之穀物及其上述所列製品，不適合對其過敏者食用。 幼兒如有過敏 家長請事先告知

※ 因市場供需，餐點會彈性調整



本園餐點一律使用國產CAS豬肉與國產CAS雞肉

