

臺中市立梨山國民中小學附設幼兒園 112 學年度第一學期

11 月份幼兒餐點表

日期	早上點心	午餐	下午點心	日期	早上點心	午餐	下午點心
10/31 (二)	肉包 鮮奶	飯 韓式豆腐 茶葉蛋 有機蚵白菜 冬瓜薏米湯 蘋果汁 水果	香菇雞湯 水果	11/7 (二)	蘿蔔糕湯	胚芽飯 梅香排骨 鮮蔬河粉 有機青江菜 南瓜雪片湯	鮮蔬丸子湯 水果
11/1 (三)	鹹蛋瘦肉粥	義大利麵 滷雞翅 有機青江菜 蕃茄元氣湯	綠豆仁甜湯 水果	11/8 (三)	肉圓 冬瓜鮮湯	飯 肉羹燴飯 蠔油雞排 翠綠青花菜 黑糖捲	綜合火鍋湯 水果
11/2 (四)	鍋貼*2 金針排骨湯	燕麥飯 香酥豬排 鮮味三絲 有機小白菜 九尾雞湯	麵線蛋花湯 水果	11/9 (四)	廣東粥 水果	小麥飯 蒙古炒肉 西芹炒黑輪 有機高麗菜 蘿蔔排骨湯	沙其馬 鮮豆漿
11/3 (五)	台式鹹粥 水果	紫米飯 宮保雞丁 黃瓜鮮燴 翠綠青花菜 豆薯排骨湯	茶葉蛋 玉米湯	11/14 (二)	芝麻包 鮮奶	飯 茄汁豆包 玉米炒蛋 有機黑葉白菜 金針什錦湯 柳橙綜合果汁 水果	雞絲麵
11/4 (六)	飯糰 水果	糙米飯 咖哩肉丁 花椰什錦 有機高麗菜 海帶芽蛋花湯	銀絲捲 鮮奶	11/15 (三)	皮蛋瘦肉粥	炒米粉 滷豬排 有機小松菜 冬瓜魚丸湯	紅豆紫米湯 水果
11/5 (日)	玉米雞茸粥	白飯 芝麻黑干丁 番茄炒蛋 有機味美菜 綠豆湯 水果	古早味大餅 鮮豆漿 (慶生會) (麥茶)	11/16 (四)	關東煮 水果	糙米飯 日式照燒雞 花菜鮮燴 有機青江菜 榨菜肉絲湯	什錦炒餅 蛋花湯
11/6 (一)	雲吞湯麵	小米飯 麻油雞 冬瓜什錦 有機黑葉白菜 鮮蔬味噌湯	地瓜芋圓湯 水果	11/17 (五)	蘿蔔糕 筍香魚丸湯	胚芽飯 筍干扣肉 芋香四色 有機高麗菜 芹香蘿蔔湯	翡翠羹湯 水果

11/18 (六)	鮭魚粥 水果	小米飯 卡啦胸肉排 黃瓜鮮燴 翠綠青花菜 紫菜蛋花湯	黑糖捲 鮮豆漿	11/21 (二)	玉米濃湯	糙米飯 泰式醬爆肉 白菜年糕 有機小白菜 海芽小魚湯	三寶甜湯 水果
11/19 (日)	油蔥拌麵 黃瓜湯	飯 醬爆麵腸 鮮菇蒸蛋 有機蚵白菜 青木瓜湯 水果	奶黃包 鮮奶	11/22 (三)	水煎包 貢丸湯	高麗菜飯 霸王雞腿 翠綠青花菜 蘿蔔湯	米粉湯 水果
11/20 (一)	蒸地瓜 肉羹湯	燕麥飯 香酥魚片 洋蔥豬柳 有機青江菜 紅豆西米露	鮮菇雞湯 水果	11/23 (四)	吻魚瘦肉粥 水果	胚芽飯 香菇肉燥 冬瓜什錦 有機高麗菜 南瓜濃湯	南瓜雜糧饅頭 鮮豆漿

◎每日午餐皆提供時令水果、有機蔬菜，米飯以白米搭配高纖食材如糙米、五穀。

◎每月第一個循環星期六點心安排為慶生會，慶生蛋糕+麥茶(壽星享有紅蛋一顆)

◎點心每循環至少 4 次乳豆製品，每循環最後一日以單品+鮮乳飲品為主。

◎肉類食材來源一慮使用國產 CAS 豬肉、雞肉、鴨肉、魚等食材。

◎每日餐點照片公告於「教育部食材登入平臺」網址:

<https://fatraceschool.k12ea.gov.tw/frontend/search.html?school=64737>