



桃園市文德非營利幼兒園(委託財團法人靖娟兒童安全文教基金會辦理)

113年11月

餐點表

日期	上午點心	午餐					下午點心	每日食物類別一覽表						
		主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類			
11/1(五)	黑糖桂圓小米粥	鮭魚炒飯		起司焗烤花椰菜		山藥栗子雞湯	古早味米苔目湯、芭樂+水梨				V	V	V	V
11/4(一)	赤肉羹麵線	胚芽米飯	茄汁燒肉	嫩芽烘蛋	水耕A菜	蘋果黑棗排骨湯	紫山藥煎餅、鳳梨汁				V	V	V	V
11/5(二)	葡萄吐司+紅藜米漿	燕麥飯	玉米滑雞丁	蜜汁豆干	地瓜葉	香菇大白菜湯	海鮮河粉湯、小番茄+火龍果				V	V	V	V
11/6(三)	油豆腐細粉	黑米飯	醬爆肉末四季豆	香菇炒芹菜	蚵白菜	冬瓜魚片湯	馬鈴薯焗起司、蘆筍蘋果汁				V	V	V	V
11/7(四)	南瓜雜糧饅頭+紅藜燕麥黑芝麻漿	地瓜飯	豆酥鱈魚	番茄炒蛋	皇宮菜	黑豆紅棗雞湯	烏龍湯麵、奇異果+葡萄				V	V	V	V
11/8(五)	芹香蛋花粥	台式炒米粉		古早味白菜滷		小魚乾玉米排骨湯	燒仙草、甜柿+芭樂				V	V	V	V
11/11(一)	紅豆燕麥甜湯	小米飯	蔥汁雞	五寶珍醬	小松菜	金菇味噌蛋花湯	鹹肉絲米苔目、水梨+橘子				V	V	V	V
11/12(二)	台式蘿蔔絲米粉湯	蕎麥飯	肉末炒山藥	雞蛋蒸豆腐	青江菜	地瓜雞湯	潤餅捲、芭樂蘋果汁				V	V	V	V
11/13(三)	水果鮮奶玉米脆片	薏仁飯	客家小炒	蝦皮韭菜煎蛋	龍鬚菜	海帶芽蛋花湯	慶生蛋糕、香蕉火龍果牛奶				V	V	V	V
11/14(四)	香菇竹筍粥	藜麥飯	醬燒虱目魚肚	馬鈴薯炒肉絲	菠菜	木須肉絲湯	紫米蓮子甜湯、蓮霧+葡萄				V	V	V	V
11/15(五)	玉米沙拉全麥三明治+綠豆牛奶	水餃		綜合滷味		酸辣湯	海鮮濃湯、鳳梨+木瓜				V	V	V	V
11/18(一)	絲瓜鮮魚米苔目	胚芽米飯	炸雞腿	佃煮南瓜	油菜	蚵仔豆腐湯	薏仁紫米粥+香瓜+橘子				V	V	V	V
11/19(二)	薏仁麥片堅果奶	芋頭飯	鮭魚蛋肉餅	九層塔海帶絲	高麗菜	蓮藕排骨湯	米粉羹、蓮霧+葡萄				V	V	V	V
11/20(三)	客家湯板條	蕎麥飯	醬燒小排	雙椒杏鮑菇炒蛋	紅莧菜	叻仔魚紫菜味噌湯	紅豆羊羹、甜柿+小番茄				V	V	V	V
11/21(四)	饅頭夾蛋+鮮奶	燕麥飯	海鮮全家福	芹香豆干絲	空心菜	藥膳排骨湯	菇菇肉片湯麵、芭樂+柳橙				V	V	V	V
11/22(五)	菠菜麵線	咖哩雞肉燴飯		鮮菇炒龍鬚菜		白玉大骨湯	南瓜煎餅+西洋芹蘋果汁				V	V	V	V
11/25(一)	香菜魚片米粉湯	薏仁飯	炸土魷魚	紅燒豆腐	莧菜	番茄蛋花湯	山藥雞肉粥、蓮霧+香瓜				V	V	V	V
11/26(二)	蒜香麵包+紅棗枸杞茶	十穀飯	蜜汁翅小腿	肉末蒸蛋	芥藍菜	金針肉絲湯	香蔥肉絲米粉湯、木瓜+橘子				V	V	V	V
11/27(三)	黑糖饅頭+南瓜豆漿	糙米飯	高昇排骨	蟹肉燴黃瓜	高麗菜	白菜豆腐湯	香菇肉絲冬粉、楊桃+柳橙				V	V	V	V
11/28(四)	黑糖地瓜湯	小米飯	彩椒雞丁	玉米炒蛋	大陸妹	佛手瓜軟骨湯	芋香西米露、香蕉+蘋果				V	V	V	V
11/29(五)	綠豆蕎麥甜湯	香蔥滷肉米苔目		雞絲拌蔬菜		筍片肉絲湯	八寶粥、火龍果+小番茄				V	V	V	V

*本園食材來源一律使用國產豬肉。