

新北市三重區光榮國民中學附設幼兒園 112年度上學期11月份餐點表

日期	星期	早點	午餐				午點	餐點類別檢核					
			主食	主菜	副菜一	副菜二		湯	水果	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
11/1	三	香菇瘦肉粥	五穀飯	味噌豬肉	紅絲炒蛋	有機蔬菜	蘿蔔雞湯	時令水果	綠豆地瓜湯	V	V	V	V
11/2	四	銀絲卷、鮮奶	紫米飯	鳳梨雞丁	麻婆豆腐	有機蔬菜	蛤蜊冬瓜湯	時令水果	味噌拉麵	V	V	V	V
11/3	五	肉包、米漿	蕃茄肉醬義大利麵			有機蔬菜	魚片豆腐湯	時令水果	小銅鑼燒、蜂蜜檸檬	V	V	V	V
11/6	一	雞蛋饅頭、優酪乳	白飯	冬瓜肉燥	小魚炒蛋	有機蔬菜	排骨蘿蔔湯	時令水果	花生豆花	V	V	V	V
11/7	二	山藥肉末粥	五穀飯	香菇滑雞	糖醋豆包	有機蔬菜	海芽玉米蛋花湯	時令水果	芝麻包、柚子茶	V	V	V	V
11/8	三	白菜雲吞湯	紫米飯	京醬肉絲	開陽胡瓜	有機蔬菜	牛蒡雞湯	時令水果	紅豆鮮奶	V	V	V	V
11/9	四	金瓜米粉	糙米飯	蘿蔔燉肉	韭菜炒蛋	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果	蒸甜玉米、豆奶	V	V	V	V
11/10	五	生日蛋糕、小麥飲	時蔬咖哩雞肉飯			有機蔬菜	味噌豆腐蛋花湯	時令水果	日式關東煮	V	V	V	V
11/11	六	校慶											
11/13	一	脆片鮮奶	白飯	馬鈴薯燉肉	小黃瓜炒甜不辣	有機蔬菜	排骨南瓜湯	時令水果	什錦甜湯	V	V	V	V
11/14	二	茶碗蒸	水餃		滷雞腿	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	馬拉糕、決明子	V	V	V	V
11/15	三	肉燥米粉湯	五穀飯	樹籽燒魚	肉絲炒彩椒	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	雞蛋布丁	V	V	V	V
11/16	四	燒賣、牛奶	紫米飯	蔥燒雞丁	香菇豆腐	有機蔬菜	冬瓜貢丸湯	時令水果	養生地瓜湯	V	V	V	V
11/17	五	滑蛋雞肉粥	奶油蘑菇雞肉通心麵			有機蔬菜	羅宋湯	時令水果	肉鬆麵包、桂圓茶	V	V	V	V
11/20	一	校慶補假											
11/21	二	玉兔包、米漿	白飯	香菇肉燥	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	昆布雞湯	時令水果	鮮味火鍋	V	V	V	V
11/22	三	鮭魚玉米粥	五穀飯	南瓜燒肉	蕃茄豆腐	有機蔬菜	排骨蘿蔔湯	時令水果	鍋貼、牛奶	V	V	V	V
11/23	四	雞絲麵	糙米飯	塔香雞丁	香菇豆包	有機蔬菜	海芽豆腐湯	時令水果	仙草蜜	V	V	V	V
11/24	五	皮蛋瘦肉粥	鳳梨蛋炒飯			有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	時令水果	蛋塔、果汁	V	V	V	V
11/27	一	黑糖饅頭、豆漿	白飯	壽喜燒豬	魚板蒸蛋	有機蔬菜	排骨蓮藕湯	時令水果	擔仔麵	V	V	V	V
11/28	二	南瓜肉粥	五穀飯	醬燒雞柳	甜豆炒花枝	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	地瓜條、小麥飲	V	V	V	V
11/29	三	鮮蔬湯餃	糙米飯	南洋咖哩雞	滷蛋	有機蔬菜	香菇順氣湯	時令水果	桂圓紅豆糯米	V	V	V	V
11/30	四	花枝羹湯	海苔飯	照燒彩蔬魚	什錦燴黃瓜	有機蔬菜	白菜雞片湯	時令水果	芋頭包、鮮奶	V	V	V	V

備註：

1. 本園一律使用國產豬肉、國產雞蛋食材，向旭崴企業有限公司有限公司供應商採買，蛋糕、麵包類向一善食品商行採買。
2. 本園未使用輻射汙染食品。
3. 本餐點內容如遇特殊情況(貨品短缺、氣候變化、活動需求等)，會進行適當調整。