

新北市三重區光榮國民中學附設幼兒園 113學年度第一學期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	五	瓠瓜鹹粥	時蔬白醬雞肉飯				有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	水果乳酪餐包	√	√	√	√
11/4	一	雞蛋饅頭、鮮奶	白飯	冬瓜肉燥	蕃茄豆腐	有機蔬菜	排骨昆布湯	時令水果	擔仔麵	√	√	√	√	√
11/5	二	山藥肉末粥	五穀飯	鳳梨雞丁	蒜香四季豆	有機蔬菜	海芽玉米蛋花湯	時令水果	什錦甜湯	√	√	√	√	√
11/6	三	白菜雲吞湯	糙米飯	京醬肉絲	韭菜炒蛋	有機蔬菜	蒜頭雞湯	時令水果	芝麻包、柚子茶	√	√	√	√	√
11/7	四	地瓜條、小麥飲	紫米飯	馬鈴薯燉肉	紅燒百頁	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊湯	時令水果	雞火粥	√	√	√	√	√
11/8	五	珍珠丸	蕃茄肉醬義大利麵				有機蔬菜	味噌豆腐蛋花湯	時令水果	奶酥吐司、優酪乳	√	√	√	√
11/9	六	校慶												
11/11	一	校慶補假												
11/12	二	銀絲卷、鮮奶	水餃		滷雞腿	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	味噌拉麵	√	√	√	√	√
11/13	三	金瓜米粉	五穀飯	樹籽燒魚	肉絲炒彩椒	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	古早味豆花	√	√	√	√	√
11/14	四	滑蛋雞肉粥	糙米飯	梅干扣肉	蕃茄炒豆皮	有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	時令水果	養生地瓜湯	√	√	√	√	√
11/15	五	生日蛋糕、小麥飲	時蔬咖哩雞肉飯				有機蔬菜	羅宋湯	時令水果	脆片鮮奶	√	√	√	√
11/18	一	奶皇包、鮮奶	白飯	香菇肉燥	玉米蒸蛋	有機蔬菜	排骨山藥湯	時令水果	日式關東煮	√	√	√	√	√
11/19	二	皮蛋瘦肉粥	五穀飯	三色蝦仁	香菇豆腐	有機蔬菜	酸菜肉片湯	時令水果	綠豆薏仁湯	√	√	√	√	√
11/20	三	咖哩魚丸冬粉	糙米飯	南瓜燒肉	開陽胡瓜	有機蔬菜	薑絲鱸魚湯	時令水果	燒賣、牛奶	√	√	√	√	√
11/21	四	雞絲麵	紫米飯	塔香雞丁	小黃瓜炒甜不辣	有機蔬菜	海芽豆腐湯	時令水果	冬瓜檸檬愛玉	√	√	√	√	√
11/22	五	香芋鹹粥	奶油蘑菇雞肉通心麵				有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	時令水果	可頌麵包、豆漿	√	√	√	√
11/25	一	黑糖饅頭、鮮奶	白飯	薑汁豬肉	紅絲炒蛋	有機蔬菜	排骨南瓜湯	時令水果	雞茸玉米濃湯	√	√	√	√	√
11/26	二	南瓜肉粥	五穀飯	醬燒雞柳	干貝冬瓜	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	蒸甜玉米、豆奶	√	√	√	√	√
11/27	三	鍋燒意麵	糙米飯	彩椒雞丁	滷蛋	有機蔬菜	香菇順氣湯	時令水果	紅豆湯	√	√	√	√	√
11/28	四	香菇瘦肉粥	海苔飯	糖醋魚	菜豆炒肉絲	有機蔬菜	白菜雞片湯	時令水果	仙草奶凍	√	√	√	√	√
11/29	五	花枝羹湯	肉絲蛋炒飯				有機蔬菜	排骨結頭菜湯	時令水果	鹹蛋糕	√	√	√	√

備註：

1. 本園一律使用國產豬肉、國產雞蛋，食材、蛋糕、麵包類供應商皆為旭崴企業有限公司。
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)，會彈性調整菜單，不另行公告。

製表人：

護理師陳言臻

保育組長：

教師兼保育組長江蓓郁

主任：

教師兼幼兒園主任林翠華

校長：

新北市立光榮國民中學黃居正校長

