培文國小附幼109學年度 上學期 11月份點心、午餐表 \*11月份第1週----第2週**\***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 11月第1週 | | 11/2(一) | 11/3(二) | 11/4(三) | 11/5(四) | 11/6(五) |
| 上午點心 | | **奶皇包+豆漿** | **蔥麵包** | **生日蛋糕** | **一口水餃** | **米糕肉鬆** |
| 食材 | | 麵粉 豆漿 | 麵粉 蔥 | 蛋 麵粉 水果 | 肉 麵粉 | 糯米 肉鬆 |
| 營養午餐  ※由國小部廚房統一供應，菜單與食材如附件 | | | | | | |
| 下午點心 | | **玉米起司披薩** | **蛋花湯餃** | **可頌** | **香菇雞肉湯** | **三明治** |
| 食材 | | 玉米 起司 | 蛋 水餃 | 麵粉 | 香菇 雞肉 | 吐司 蛋 小黃瓜 |
| 水果 | | 蘋果 | 香蕉 | 葡萄 | 奇異果 | 蘋果 |
| ※水果依季節或產量予以調整 | | | | | | |
| 餐點類別檢核 | 全榖根莖類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 豆魚肉蛋類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 蔬菜類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 水果類 | √ | √ | √ | √ | √ |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 11月第2週 | | 11/9(一) | 11/10二) | 11/11(三) | 11/12四) | 11/13(五) |
| 上午點心 | | **廣東粥** | **小泡芙** | **高麗菜粥** | **蔥餅+豆漿** | **蘿蔔貢丸湯** |
| 食材 | | 白米 肉 蔬菜 | 泡芙 | 蔬菜 米飯 | 麵粉 豆漿 | 蘿蔔 豬肉 |
| 營養午餐  ※由國小部廚房統一供應，菜單與食材如附件 | | | | | | |
| 下午點心 | | **小菠蘿** | **鍋燒意麵** | **小起司蛋堡** | **玉米排骨湯** | **彩色米蛋糕** |
| 食材 | | 麵粉 | 意麵 蔬菜 肉 | 起司 蛋 麵粉 | 玉米 排骨 | 蛋 麵粉 |
| 水果 | | 蘋果 | 香蕉 | 蘋果 | 芭樂 | 葡萄 |
| ※水果依季節或產量予以調整 | | | | | | |
| 餐點類別檢核 | 全榖根莖類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 豆魚肉蛋類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 蔬菜類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 水果類 | √ | √ | √ | √ | √ |

※食材來源一律使用國產豬肉

培文國小附幼109學年度 上學期 11月份點心、午餐表-- \*11月份第3週----第4週**\***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 11月第3週 | | 11/16(一) | 11/17(二) | 11/18(三) | 11/19(四) | 11/20(五) |
| 上午點心 | | **玉米雞肉粥** | **肉鬆蛋餅** | **果醬吐司** | **煎餃** | **燒賣** |
| 食材 | | 玉米 雞肉 白米 | 肉鬆 蛋 麵粉 | 果醬 吐司 | 肉 高麗菜 | 麵粉 蔬菜 肉 |
| 營養午餐  ※由國小部廚房統一供應，菜單與食材如附件 | | | | | | |
| 下午點心 | | **小亨堡沙拉** | **鍋燒雞絲麵** | **起酥蛋糕** | **關東煮** | **雞排堡** |
| 食材 | | 麵包 蛋 | 蔬菜 麵條 肉 | 起酥 麵粉 蛋 | 蘿蔔 黑輪 | 肉 麵包 |
| 水果 | | 香蕉 | 蘋果 | 香蕉 | 木瓜 | 芭樂 |
| ※水果依季節或產量予以調整 | | | | | | |
| 餐點類別檢核 | 全榖根莖類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 豆魚肉蛋類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 蔬菜類 | √ | √ | √ | √ | √ |
| 水果類 | √ | √ | √ | √ | √ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 11月第4週 | | 11/23(一) | 11/24(二) | 11/25(三) | 11/26(四) | 11/27(五) | 11/30(一) |
| 上午點心 | | **蛋餅+燕麥奶** | **吐司熱狗捲** | **營養早餐** | **地瓜粥+肉鬆** | **楓糖小牛角** | **葡萄吐司+**  **鮮奶** |
| 食材 | | 蛋 燕麥 | 吐司 熱狗 | 蘋果 蛋 吐司 | 地瓜 米 肉鬆 | 蜂蜜 麵粉 蛋 | 蛋 玉米 牛奶 |
| 營養午餐  ※由國小部廚房統一供應，菜單與食材如附件 | | | | | | | |
| 下午點心 | | **蛋塔** | **蘿蔔糕** | **銅鑼燒** | **餛飩湯** | **水果三明治** | **土魠魚羹麵** |
| 食材 | | 蛋 麵粉 牛 | 蘿蔔 | 麵粉 紅豆 | 肉 白菜 | 水果 土司 | 魚肉 麵條 |
| 水果 | | 蘋果 | 香蕉 | 蘋果 | 芭樂 | 香蕉 | 奇異果 |
| ※水果依季節或產量予以調整 | | | | | | | |
| 餐點類別檢核 | 全榖根莖類 | √ | √ | √ | √ | √ | √ |
| 豆魚肉蛋類 | √ | √ | √ | √ | √ | √ |
| 蔬菜類 | √ | √ | √ | √ | √ | √ |
| 水果類 | √ | √ | √ | √ | √ | √ |

※食材來源一律使用國產豬肉