



臺中市西區大勇國民小學附設幼兒園11月份午餐表

日期	星期	主食	主菜	副食一	副食二	湯	水果	備註
2	一	糙米飯	咖哩雞丁	五彩干絲	當季青菜	酸辣湯	水果	
3	二	小米飯	椒鹽魚	黃瓜鮮燴	高纖蔬菜	香菇雞湯	水果	
4	三	麵食	台式肉燥麵	銀絲卷	可口青菜	蘿蔔貢丸湯	水果	
5	四	白米飯	糖醋排骨	螞蟻上樹	時令蔬菜	冬瓜排骨湯	水果	
6	五	紫米飯	鴿蛋拼盤	焗烤鮮蔬	高纖蔬菜	海芽味噌湯	水果	蔬食日
9	一	小米飯	鐵板豬柳	五彩腰果玉米	時令青菜	紫菜蛋花湯	水果	
10	二	麵食	義大利肉醬麵	酥炸柳葉魚	可口青菜	青菜蛋花湯	水果	
11	三	地瓜飯	迷迭香烤雞	麻婆豆腐	碧綠蔬菜	金針排骨湯	水果	
12	四	白米飯	素肉燥干丁	日式蒸蛋	當季青菜	南瓜濃湯	水果	蔬食日
13	五	胚芽飯	三杯雞	管筍炒肉片	青翠時蔬	蘿蔔排骨湯	水果	
16	一	糙米飯	蘿蔔燒肉	咖哩洋芋	時令青菜	番茄蛋花湯	水果	
17	二	白米飯	鮮菇嫩腐	紅蘿蔔炒蛋	嫩炒青菜	紅豆紫米湯	水果	蔬食日
18	三	地瓜飯	筍干燒肉	開陽白菜	可口青菜	雪花雙菇湯	水果	
19	四	小米飯	南乳雞丁	什錦蔬菜羹	時令蔬菜	玉米蛋花湯	水果	
20	五	飯食	祖傳油飯	燒賣	碧綠蔬菜	藥膳排骨湯	水果	
23	一	胚芽飯	瓜仔蒸肉餅	番茄燴豆腐	快炒時蔬	芋頭西米露	水果	
24	二	白米飯	香酥魚丁	開陽扁蒲	高纖蔬菜	牛奶玉米濃湯	水果	
25	三	紫米飯	茶香滷雞腿	培根花菜	田園蔬菜	黃瓜魚丸湯	水果	
26	四	粥食	什錦蔬菜粥	鴿蛋干丁	當季時蔬	焗烤吐司	水果	蔬食日
27	五	地瓜飯	麻油鴨丁	鮮菇蒸蛋	快炒青菜	牛蒡排骨湯	水果	
30	一	薏仁飯	蜜汁排骨	海帶三絲	當季時蔬	小魚味噌湯	水果	



台邑用心 吃得安心