

新北市蘆洲區鷺江國小附設幼兒園十一月份餐點設計

序號	早點	午餐						午點
		主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果	
3	關東煮	臘肉菇菇燴飯			時令青菜	豆皮白菜湯	時令水果	小兔包、冬瓜茶
4	三絲冬粉湯	白米飯	馬蹄蒸肉		時令青菜	番茄凍豆腐湯	時令水果	銅鑼燒、麥仔茶
5	蚵仔麵線	白米飯	三杯鯛魚	蔥花蛋	時令青菜	大黃瓜丸子湯	時令水果	叉燒包、鮮奶
6	味噌魚丸湯	白米飯	紅燒鰻炒蛋	海帶節滷花生	時令青菜	鮮菇湯	時令水果	雞蛋糕、米漿
7	古早味蛋糕、養樂多	白米飯	彩椒雞胸肉	開陽冬瓜	時令青菜	大瓜肉片湯	時令水果	紅豆湯
8	週六							
9	週日							
10	南瓜稀飯	白米飯	玉米拌鮪魚	香菇豆腐	時令青菜	羅宋湯	時令水果	水煮玉米
11	自製壽司、豆漿	金瓜米粉			時令青菜	醬瓜雞湯	時令水果	肉鬆麵包、麥仔茶
12	湯餃	白米飯			時令青菜		時令水果	
13	海鮮濃湯	白米飯	洋菇鷄蛋	三色花生	時令青菜	芋頭排骨湯	時令水果	火腿起司吐司、鮮奶
14	蔬菜麵疙瘩	玉米雞丁炒飯			時令青菜	鮮薑海帶帶芽湯	時令水果	芋泥包、綠茶
15	週六							
16	週日							
17	海鮮粥	香菇肉羹燴飯			時令青菜	黃瓜雞絲湯	時令水果	波羅麵包、桂格燕麥飲
18	自製優格沙拉	白米飯	馬鈴薯炒肉	麻婆豆腐	時令青菜	花菜肉片湯	時令水果	米果、牛奶
19	味噌拉麵	白米飯	元寶肉	迷迭海茸	時令青菜	忘憂排骨湯	時令水果	沙琪瑪、麥仔茶
20	絲瓜麵線	白米飯	蠔油雞片	紅絲炒蛋	時令青菜	味噌海帶芽湯	時令水果	果醬貝果麵包、冬瓜茶
21	關東煮	白米飯	洋蔥豬柳	筍白筍肉片	時令青菜		時令水果	大肉包、紅包
22	週六							
23	週日							
24	什錦湯麵	白米飯	五彩蝦仁	番茄滑蛋	時令青菜	木瓜排骨湯	時令水果	蒸黑糖糕、綠茶
25	自製三明治、麥茶	中華炒麵			時令青菜	薑絲魚片湯	時令水果	椰子蔓越莓吐司、豆奶
26	清粥小菜	白米飯	洋芋絞肉		時令青菜		時令水果	巧克力麵包、鮮奶
27	肉絲米粉湯	白米飯	蘿蔔滷肉片	滷蛋	時令青菜	鮮菇雞絲湯	時令水果	海苔仙貝餅乾、黑糖茶
28	酸辣麵	白米飯	芋頭燒雞塊	蔥花蛋	時令青菜	菠菜小魚湯	時令水果	甜甜圈、紅茶
29	週六							
30	週日							