



桃園市私立艾力豪幼兒園 11 月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐				下午點心	每日食物類別一覽表 (可寫明各食物類別份數或以符號表示是否提供)			
			主食	主菜	副菜	湯		全穀根莖類 (全穀雜糧類)	豆魚肉蛋類 (豆魚蛋肉類)	蔬菜類	水果類
1	二	時令水果	紫米飯	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	全麥饅頭	√	√	√	√
2	三	時令水果	麵食	茄汁義大利麵		魚丸湯	蔬菜鹹粥	√	√	√	√
3	四	時令水果	白米飯	紅燒豆腐	時令蔬菜	菜頭排骨湯	銀絲卷	√	√	√	√
4	五	時令水果	麵食	肉羹麵		玉米濃湯	地瓜湯	√	√	√	√
7	一	時令水果	紫米飯	豆干醬燒肉	時令蔬菜	冬瓜貢丸湯	肉包	√	√	√	√
8	二	時令水果	白米飯	馬零薯燉肉	時令蔬菜	蛤蠣絲瓜湯	草莓吐司	√	√	√	√
9	三	慶生蛋糕	麵食	炒客家粿條		金針菇湯	紫米粥	√	√	√	√
10	四	時令水果	糙米飯	玉米炒肉	時令蔬菜	豆腐味增湯	蘿蔔糕湯	√	√	√	√
11	五	時令水果	麵食	咖哩雞肉燴飯		酸菜豬血湯	黑糖小饅頭	√	√	√	√
14	一	時令水果	白米飯	滷味	時令蔬菜	金針肉絲湯	瘦肉冬粉湯	√	√	√	√
15	二	時令水果	地瓜飯	糖醋魚片	時令蔬菜	排骨玉米湯	紅豆湯	√	√	√	√
16	三	時令水果	麵食	茄汁貝殼麵		香菇雞湯	元氣關東煮	√	√	√	√
17	四	時令水果	紫米飯	三鮮炒玉米	時令蔬菜	小魚乾味增湯	麵線	√	√	√	√
18	五	時令水果	麵食	火腿蛋炒飯		紫菜蛋花湯	蔬菜煎餅	√	√	√	√
21	一	時令水果	糙米飯	酸菜肉絲	時令蔬菜	冬瓜湯	鹹稀飯	√	√	√	√
22	二	時令水果	白米飯	香菇肉燥	時令蔬菜	酸辣湯	草莓吐司	√	√	√	√
23	三	時令水果	麵食	醬燒肉絲炒麵		蘿蔔排骨湯	肉包	√	√	√	√
24	四	時令水果	白米飯	蘿蔔煎蛋	時令蔬菜	豆腐味增湯	蒸地瓜	√	√	√	√
25	五	時令水果	麵食	鮮蔬什錦燴飯		玉米濃湯	元氣關東煮	√	√	√	√
28	一	時令水果	紫米飯	炒三絲	時令蔬菜	蛤蜊湯	蘋果麵包	√	√	√	√
29	二	時令水果	糙米飯	醬燒雞丁	時令蔬菜	豆腐味增湯	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
30	三	時令水果	麵食	海鮮烏龍麵		酸菜豬血湯	雞蛋粉絲煲	√	√	√	√