



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	三	時令水果	麵食	酸辣湯餃			雞茸玉米粥	√	√	√	√
2	四	時令水果	白米飯	炒三絲	時鮮蔬菜	番茄豆腐湯	草莓吐司	√	√	√	√
3	五	時令水果	白米飯	香腸蛋炒飯		青菜蛋花湯	蒸地瓜	√	√	√	√
6	一	時令水果	白米飯	木耳炒肉絲	時令蔬菜	玉米濃湯	全麥饅頭	√	√	√	√
7	二	時令水果	糙米飯	糖醋魚片	時令蔬菜	薑絲蛤蠣湯	紅豆湯	√	√	√	√
8	三	慶生蛋糕	麵食	什錦肉絲麵		酸菜豬血湯	蒸南瓜	√	√	√	√
9	四	時令水果	紫米飯	客家小炒	時令蔬菜	葷菇湯	黑糖小饅頭	√	√	√	√
10	五	時令水果	白米飯	絞肉豆腐	時令蔬菜	羅宋湯	煎蘿蔔糕	√	√	√	√
13	一	時令水果	白米飯	彩椒肉絲	時令蔬菜	味噌豆腐湯	可頌餐包	√	√	√	√
14	二	時令水果	紫米飯	番茄炒蛋	時令蔬菜	香菇雞湯	青菜瘦肉粥	√	√	√	√
15	三	時令水果	白米飯	咖哩雞肉燴飯		牛蒡排骨湯	綠豆粉圓湯	√	√	√	√
16	四	時令水果	五穀飯	糖醋肉片	時令蔬菜	玉米海帶湯	蒸地瓜	√	√	√	√
17	五	時令水果	麵食	炒米苔目		福菜湯	銀絲卷	√	√	√	√
20	一	時令水果	糙米飯	炒三鮮	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	蔬菜煎餅	√	√	√	√
21	二	時令水果	白米飯	鳳梨木耳炒肉絲	時令蔬菜	青菜豆腐湯	奶油餐包	√	√	√	√
22	三	時令水果	白米飯	瓜仔滷肉	時令蔬菜	蘿蔔丸子湯	白饅頭	√	√	√	√
23	四	時令水果	紫米飯	玉米炒蛋	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	芋頭西米露	√	√	√	√
24	五	時令水果	麵食	番茄義大利麵		玉米濃湯	雞茸玉米粥	√	√	√	√
27	一	時令水果	白米飯	粉蒸肉片	時令蔬菜	山藥排骨湯	肉絲冬粉	√	√	√	√
28	二	時令水果	五穀飯	糖醋雞丁	時令蔬菜	川菜肉絲湯	小米粥	√	√	√	√
29	三	時令水果	麵食	海鮮烏龍麵			鮮肉包	√	√	√	√
30	四	時令水果	糙米飯	螞蟻上樹	時令蔬菜	貢丸湯	牛奶麥片	√	√	√	√