

金門縣金湖國小附設幼兒園 112年11月餐點表

週次	日期	星期	午別	點心菜單	午餐菜單						營養含量				
					主食	主餐	副餐	蔬菜	湯	水果	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類	
第10週	1	三	上午	鍋燒意麵	白米飯	南瓜燉雞	蝦皮蒲瓜	時令蔬菜	香菇白菜湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	慶生蛋糕											
	2	四	上午	肉醬拌麵	白米飯	麵輪燒肉	彩繪豆薯	時令蔬菜	洋葱豆腐蛋花湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	燒仙草											
	3	五	上午	滷蛋+麥茶	炸醬麵			清炒時蔬		馬鈴薯豚骨湯	時令水果	√	√	√	√
下午			火腿起司厚片												
第11週	6	一	上午	桧車餅	白米飯	蝦仁滑蛋	素火腿炒銀芽	時令蔬菜	地瓜薑湯	時令水果					
			下午	蔥油餅+豆漿											
	7	二	上午	蔬食麵疙瘩	白米飯	咖哩豬肉	哨子豆腐	時令蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果					
			下午	紫米饅頭											
	8	三	上午	牛奶哈斯	時蔬玉米火腿蛋炒飯			麥克雞塊		貢丸湯	時令水果	√	√	√	√
			下午	蛋餅											
9	四	上午	花枝蘿蔔湯	糙米飯	照燒雞小腿	洋葱鮮菇炒蛋	時令蔬菜	海芽湯	時令水果	√	√	√	√		
		下午	煎餃												
10	五	上午	小米粥	韓式泡菜年糕湯			清炒時蔬		時令水果		√	√	√	√	
		下午	國王麵包												
第12週	13	一	上午	黑糖小饅頭	白米飯	豆鼓魚丁	花瓜豆腐	時令蔬菜	薏仁冬瓜湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	豆花											
	14	二	上午	湯餃	白米飯	地瓜滷豬肉	培根炒豆芽	時令蔬菜	薑絲蛤蜊湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	起司饅頭											
	15	三	上午	雞茸玉米粥	白米飯	打拋豬	開陽白菜	時令蔬菜	味噌豆腐麵筋湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	三明治											
	16	四	上午	魚丸湯	白米飯	馬鈴薯燉肉	塔香海龍	時令蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	√	√	√	√	
下午			滿煎糕												
17	五	上午	肉燥麵	海蚵麵線			綜合滷味		時令水果		√	√	√	√	
		下午	香草乳酪麵包												
第13週	20	一	上午	高麗菜包	白米飯	蝦仁豆腐羹	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	紅豆紫米湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	香蒜麵包											
	21	二	上午	小米粥	白米飯	檸檬雞柳	冬瓜肉末	時令蔬菜	金菇蘿蔔湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	蔓越莓饅頭											
	22	三	上午	陽春麵	白米飯	豆薯炒雞丁	麻婆豆腐	時令蔬菜	玉筍蛋花湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	薯餅											
	23	四	上午	廣東粥	白米飯	海結燒肉	肉燥油豆腐	時令蔬菜	金針排骨湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	玉米蛋吐司											
24	五	上午	芝麻包	時蔬玉米香菇粥			蔥燒雞小腿		時令水果		√	√	√	√	
		下午	骨掌雞蛋糕												
第14週	27	一	上午	南瓜小饅頭	白米飯	蔥燒魚丁	腐皮白菜	時令蔬菜	筍絲冬粉湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	鮭魚小堡											
	28	二	上午	蓮子綠豆湯	白米飯	蘿蔔燻肉	吻仔魚炒蛋	時令蔬菜	薑絲南瓜湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	地瓜片											
	29	三	上午	海鮮湯麵	白米飯	咖哩雞丁	海絲豆芽	時令蔬菜	竹筍蛤蜊湯	時令水果	√	√	√	√	
			下午	車輪餅											
30	四	上午	鹹粥	白米飯	玉米肉茸	黑輪滷蘿蔔	時令蔬菜	豆芽排骨湯	時令水果	√	√	√	√		
		下午	油飯												

※請家長上網參閱金湖國小首頁--餐點公告。

※若寶貝對某些食物有過敏或不適，請提早告知老師。

※點心供應可能依實際狀況略有調整。

※餐點皆使用本國當地溫體豬肉。