

# 台南市私立麻豆樂人幼兒園 110 年 11 月份幼生菜單

※本園餐點採兩週輪替方式進行(單週:每月 1.3.5 週、雙週:每月 2.4 週)。 ※本園一律使用國產豬  
 ※餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。 ※蔬菜、水果以季節性出產品為主。

日期	上午點心		中午午餐			下午點心	
	餐點	食材	餐點	食材		餐點	食材
11/1 (一)	肉羹麵	麵條 肉羹 筍絲	麥片飯	米+麥片		黑糖饅頭 冬瓜茶	黑糖饅頭 冬瓜茶
11/15 (一)			蜜汁燒肉	肉絲+蜜汁醬+金針菇			
11/29 (一)			新鮮蔬菜	韭菜花+蒜頭+蛋+木耳+香菇			
			青菜豆腐湯	小白菜+豆腐			
			時令水果	香蕉🍌	水梨🍐	蘋果🍏	
11/2 (二)	水餃蛋花湯	水餃 蛋 小白菜	麥片飯	米+麥片		海鮮粥	白飯 蛤蜊 花枝 豆皮(溼) 白菜 大骨湯
11/16 (二)			回鍋肉	高麗菜+肉絲+甜麵醬			
11/30 (二)			新鮮蔬菜	大白菜+香菇+扁魚+蝦米+紅蘿蔔絲			
			番茄蛋花湯	牛番茄+蛋+蔥花			
			時令水果	蘋果🍏	芭樂🍌		
11/3 (三)	鍋燒意麵	意麵 白菜 火鍋丸 肉絲 蛋	麥片飯	米+麥片		紅豆薏仁湯 慶生會	紅豆 薏仁 生日蛋糕 杯子蛋糕
11/17 (三)			壽喜燒肉	肉片+香菇+秀珍菇+百頁豆腐+壽喜燒醬			
			新鮮蔬菜	莧菜+魷仔魚+蒜頭			
			貢丸粉絲湯	冬粉+貢丸+肉絲			
			時令水果	蘋果🍏	蘋果🍏		
11/4 (四)	滑蛋麵線	蛋 麵線 香油	麥片飯	米+麥片		噌味拉麵	味噌 拉麵 肉絲 魚板 白菜
11/18 (四)			芋頭蒸肉	芋頭丁+絞瘦肉+紅蘿蔔丁			
			新鮮蔬菜	小黃瓜+紅蘿蔔片+木耳+蒜頭			
			虱目魚湯	虱目魚肉+薑絲+芹菜			
			時令水果	水梨🍐	蘋果🍏		
11/5 (五)	蔬菜魚片粥	白米 虱目魚肉 薑絲 高麗菜 蔥花	芝麻飯	飯+芝麻		椰奶西米露	椰奶西米露 芋頭圓 地瓜圓
11/19 (五)			肉絲炒雙菇	肉絲+杏鮑菇+香菇+蠔油+蔥花			
			新鮮蔬菜	高麗菜+胡蘿蔔絲			
			蘿蔔香菇丸湯	白蘿蔔+香菇丸+香菜			
			時令水果	芭樂	香蕉🍌		
11/8 (一)	吐司 牛奶	草莓果醬 鮮奶吐司 牛奶	麥片飯	米+麥片		鮮肉包 紫菜蛋花湯	鮮肉包 紫菜 蛋 蔥花
11/22 (一)			金瓜醬燒	肉絲+南瓜塊+蒜頭			
			新鮮蔬菜	高麗菜+香菇+蒜頭			
			豆薯蛋花湯	豆薯+蛋+蔥花			
			時令水果	蘋果🍏	柳橙🍊		
11/9 (二)	玉米雞肉粥	白米 雞肉 玉米粒 蛋 蔥花	麥片飯	米+麥片		擔仔麵	肉絲 麵條 韭菜 油蔥酥
11/23 (二)			洋蔥雞柳	雞肉絲+洋蔥+蔥+醬油			
			新鮮蔬菜	牛番茄+蛋			
			大補湯	大補包+素鴨肉			
			時令水果	芭樂	柳橙🍊		
11/10 (三)	榨菜肉絲麵	榨菜絲 廟麵 肉絲 蔥	地瓜飯	米+地瓜		水煮蛋 白菜魚丸湯	蛋 白菜 小魚丸
11/24 (三)			瓜仔肉末	醬瓜+絞肉+蔥花			
			新鮮蔬菜	油菜+秀珍菇+蒜頭			
			金針肉絲湯	金針花+肉絲			
			時令水果	蘋果🍏	香蕉🍌		
11/11 (四)	蘿蔔糕蛋花湯	蘿蔔糕 蛋 小白菜	白飯	米		冬粉肉絲湯	冬粉 肉絲 貢丸 冬菜
11/25 (四)			鹹魚炒飯	鹹魚+肉絲+高麗菜+蛋+蔥花+洋蔥			
			大黃瓜香菇丸湯	大黃瓜+香菇丸			
			時令水果	香蕉	蘋果🍏		
11/12 (五)	皮蛋瘦肉粥	白米 皮蛋 鹹蛋 肉	白飯	飯+麥片		麵線糊	紅麵線 扁魚 魚羹 筍絲
11/26 (五)			咖哩豬肉燴飯	肉片+馬鈴薯+紅蘿蔔+咖哩塊			
			玉米蛋花湯	玉米+蛋+蔥花			
			時令水果	水梨🍐	蘋果🍏		

園長核章：

餐點設計：李緣惠