**  臺北市私立小天心幼兒園**

**111學年度第一學期 12月 餐點表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** |  | **11/01(二)** | **11/02(三)** | **11/03(四)** | **11/04（五）** | **六** | **日** |
| **早餐** |  | **果醬饅頭+豆漿** | **玉米吻仔魚粥** | **芝麻包+豆奶** | **乳酪捲+牛奶** |  |  |
| **午餐** |  | **雙菇炒雞丁****玉米蒸蛋****炒胡瓜****味噌海帶芽湯****白飯、芭樂** | **豬肉繪海鮮****地瓜葉****牛蒡紅棗枸杞湯****白飯、蘋果** | **香菇滷肉****燒蘿蔔****大陸妹****豆腐味增湯****紅藜飯、鳳梨** | **雞肉蔬菜****咖哩飯****蘿蔔排骨湯****木瓜** | **週休** | **週休** |
| **點心** |  | **奶皇包+麥茶** | **果醬吐司+麥茶** | **生日蛋糕** | **肉鬆玉米飯糰** |  |  |
| **日期** | **11/07（一）** | **11/08(二)** | **11/09(三)** | **11/10(四)** | **11/11(五)** | **六** | **日** |
| **早餐** | **黑糖饅頭+牛奶** | **肉包+米漿** | **青菜吻仔魚粥** | **銀絲卷+米漿** | **燕麥牛奶+玉米片** |  |  |
| **午餐** | **肉末四季豆****豬肉燴海鮮****黃豆芽炒干絲****香菇魚丸蘿蔔湯****白飯、脆柿子** | **香菇豆腐滷肉****滷筍絲****炒地瓜葉****粉絲蛋花湯****紅藜飯、蘋果** | **滷雞腿****肉末茄子****蔬菜煎****大黃瓜排骨湯****紅藜飯、木瓜** | **青椒肉絲****毛豆炒乾丁肉末****絲瓜燴蛋****番茄豆腐湯****紅藜飯、鳳梨** | **紅燒豬肉番茄麵****芭樂** | **週休** | **週休** |
| **點心** | **什錦麵** | **碗粿** | **台式漢堡** | **紅豆紫米粥** | **豬肉油豆腐細粉** |  |  |
| **日期** | **11/14（一）** | **11/15（二）** | **11/16（三）** | **11/17（四）** | **11/18（五）** | **六** | **日** |
| **早餐** | **豆沙包+牛奶** | **果醬吐司+黑豆漿** | **葡萄乾燕麥牛奶粥** | **紅豆包+黑豆漿** | **地瓜****玉米片牛奶** |  |  |
| **午餐** | **白玉獅子頭****香煎雞蛋豆腐****肉絲炒冬瓜****黃豆芽排骨湯****白飯、蘋果** | **香滷雞腿****肉末毛豆豆腐****小松菜****蘿蔔排骨湯****紅藜飯、香蕉** | **香煎鯛魚****番茄炒蛋****炒大陸妹****味噌豆腐湯****白飯、木瓜** | **蓮藕蒸肉餅****雙菇炒蛋****紅蘿蔔花椰菜****蓮子排骨湯****紅藜飯、芭樂** | **酸菜白肉鍋****奇異果** | **週休** | **週休** |
| **點心** | **香菇瘦肉粥** | **什錦麵線** | **湯餃** | **小米綠豆粥** | **茶葉蛋+麥茶** |  |  |
| **日期** | **11/21（一）** | **11/22（二）** | **11/23（三）** | **11/24（四）** | **11/25（五）** | **六** | **日** |
| **早餐** | **牛奶饅頭+牛奶** | **黑糖銀絲卷+豆漿** | **地瓜粥** | **莓果起司包****豆奶** | **葡萄吐司+牛奶** |  |  |
| **午餐** | **杏包菇雞丁****洋蔥絲醋豆包****炒大黃瓜****番茄蛋花湯****白飯、火龍果** | **脆瓜蒸肉****番茄炒蛋****地瓜葉****薑絲冬瓜雞湯****紅藜飯、脆柿** | **蝦仁豆腐羹****燒土豆****紅莧菜****大黃瓜排骨湯****白飯、蘋果** | **豬肉燉白菜****黃豆芽炒干絲****四季豆炒玉米****秋葵蛋花湯****紅藜飯、葡萄** | **肉骨茶麵****(含蛋+青菜)****木瓜** | **週休** | **週休** |
| **點心** | **紅豆紫米粥**  | **玉米蛋沙拉三明治** | **餛飩湯麵** | **奶油烤土司** | **鹹粥** |  |  |
| **日期** | **11/28（一）** | **11/29（二）** | **11/30（三）** |  |  | **六** | **日** |
| **早餐** | **芝麻包+牛奶** | **紅豆吐司+牛奶** | **香菇豬肉粥** |  |  |  |  |
| **午餐** | **玉米炒雞丁****肉末蒸蛋****白莧菜****味噌海帶芽湯****白飯、芭樂** | **照燒雞肉片****肉末毛豆豆腐****小松菜****蘿蔔排骨湯****紅藜飯、蘋果** | **豬肉繪海鮮****肉末茄子****蔬菜煎****味噌豆腐湯****白飯、木瓜** |  |  | **週休** | **週休** |
| **點心** | **玉米牛奶粥** | **什錦麵線** | **豬肉油豆腐細粉** |  |  |  |  |

※ 本園一律使用國產豬肉，出自嘉義/高雄/屏東肉品市場、中壢屠宰場。

※ 午餐主食會搭配糙米、五穀、紅藜、小米、地瓜等。餐後備有時令水果一份。

※ 餐點烹煮採少油、少鹽、少糖、不加味精為烹煮的主要原則。

※ 如遇特殊情況或慶典活動時，本園餐點將做適當調整。

**  臺北市私立小天心幼兒園**

**111學年度第一學期 11月 餐點表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** |  | **11/01(二)** | **11/02(三)** | **11/03(四)** | **11/04（五）** | **六** | **日** |
| **早餐** |  | **果醬饅頭+豆漿** | **玉米吻仔魚粥** | **芝麻包+豆奶** | **乳酪捲+牛奶** |  |  |
| **午餐** |  | **雙菇炒雞丁****玉米蒸蛋****炒胡瓜****味噌海帶芽湯****白飯、芭樂** | **豬肉繪海鮮****地瓜葉****牛蒡紅棗枸杞湯****白飯、蘋果** | **香菇滷肉****燒蘿蔔****大陸妹****豆腐味增湯****紅藜飯、鳳梨** | **雞肉蔬菜****咖哩飯****蘿蔔排骨湯****木瓜** | **週休** | **週休** |
| **點心** |  | **奶皇包+麥茶** | **果醬吐司+麥茶** | **生日蛋糕** | **肉鬆玉米飯糰** |  |  |
| **日期** | **11/07（一）** | **11/08(二)** | **11/09(三)** | **11/10(四)** | **11/11(五)** | **六** | **日** |
| **早餐** | **黑糖饅頭+牛奶** | **肉包+米漿** | **青菜吻仔魚粥** | **銀絲卷+米漿** | **燕麥牛奶+玉米片** |  |  |
| **午餐** | **肉末四季豆****豬肉燴海鮮****黃豆芽炒干絲****香菇魚丸蘿蔔湯****白飯、脆柿子** | **香菇豆腐滷肉****滷筍絲****炒地瓜葉****粉絲蛋花湯****紅藜飯、蘋果** | **豬肉繪海鮮****肉末茄子****蔬菜煎****大黃瓜排骨湯****紅藜飯、木瓜** | **青椒肉絲****毛豆炒乾丁肉末****絲瓜燴蛋****番茄豆腐湯****紅藜飯、鳳梨** | **紅燒豬肉番茄麵****芭樂** | **週休** | **週休** |
| **點心** | **什錦麵** | **碗粿** | **台式漢堡** | **紅豆紫米粥** | **豬肉油豆腐細粉** |  |  |
| **日期** | **11/14（一）** | **11/15（二）** | **11/16（三）** | **11/17（四）** | **11/18（五）** | **六** | **日** |
| **早餐** | **豆沙包+牛奶** | **果醬吐司+黑豆漿** | **葡萄乾燕麥牛奶粥** | **紅豆包+黑豆漿** | **地瓜****玉米片牛奶** |  |  |
| **午餐** | **白玉獅子頭****香煎雞蛋豆腐****肉絲炒冬瓜****黃豆芽排骨湯****白飯、蘋果** | **香滷雞腿****肉末毛豆豆腐****小松菜****蘿蔔排骨湯****紅藜飯、香蕉** | **香煎鯛魚****番茄炒蛋****炒大陸妹****味噌豆腐湯****白飯、木瓜** | **蓮藕蒸肉餅****雙菇炒蛋****紅蘿蔔花椰菜****蓮子排骨湯****紅藜飯、芭樂** | **酸菜白肉鍋****奇異果** | **週休** | **週休** |
| **點心** | **香菇瘦肉粥** | **什錦麵線** | **湯餃** | **小米綠豆粥** | **茶葉蛋+麥茶** |  |  |
| **日期** | **11/21（一）** | **11/22（二）** | **11/23（三）** | **11/24（四）** | **11/25（五）** | **六** | **日** |
| **早餐** | **牛奶饅頭+牛奶** | **黑糖銀絲卷+豆漿** | **地瓜粥** | **莓果起司包****豆奶** | **葡萄吐司+牛奶** |  |  |
| **午餐** | **杏包菇雞丁****洋蔥絲醋豆包****炒大黃瓜****番茄蛋花湯****白飯、火龍果** | **脆瓜蒸肉****番茄炒蛋****地瓜葉****薑絲冬瓜雞湯****紅藜飯、脆柿** | **蝦仁豆腐羹****燒土豆****紅莧菜****大黃瓜排骨湯****白飯、蘋果** | **豬肉燉白菜****黃豆芽炒干絲****四季豆炒玉米****秋葵蛋花湯****紅藜飯、葡萄** | **肉骨茶麵****(含蛋+青菜)****木瓜** | **週休** | **週休** |
| **點心** | **紅豆紫米粥**  | **玉米蛋沙拉三明治** | **餛飩湯麵** | **奶油烤土司** | **鹹粥** |  |  |
| **日期** | **11/28（一）** | **11/29（二）** | **11/30（三）** |  |  | **六** | **日** |
| **早餐** | **芝麻包+牛奶** | **紅豆吐司+牛奶** | **香菇豬肉粥** |  |  |  |  |
| **午餐** | **玉米炒雞丁****肉末蒸蛋****白莧菜****味噌海帶芽湯****白飯、芭樂** | **照燒雞肉片****肉末毛豆豆腐****小松菜****蘿蔔排骨湯****紅藜飯、蘋果** | **豬肉繪海鮮****肉末茄子****蔬菜煎****味噌豆腐湯****白飯、木瓜** |  |  | **週休** | **週休** |
| **點心** | **玉米牛奶粥** | **什錦麵線** | **豬肉油豆腐細粉** |  |  |  |  |

※ 本園一律使用國產豬肉，出自嘉義/高雄/屏東肉品市場、中壢屠宰場。

※ 午餐主食會搭配糙米、五穀、紅藜、小米、地瓜等。餐後備有時令水果一份。

※ 餐點烹煮採少油、少鹽、少糖、不加味精為烹煮的主要原則。

※ 如遇特殊情況或慶典活動時，本園餐點將做適當調整。