

臺南市私立法王子托嬰中心 110 學年度第一學期 11 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	五穀根莖類	魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
1	一	吐司	茄汁蛋炒飯 什錦蔬菜湯 當季水果	可頌麵包 牛奶	米飯、麵包	雞肉、牛奶 、雞蛋	三色豆、洋蔥、 蕃茄、時蔬	當季水果
2	二		當歸豬肉麵線 當季水果	果醬吐司 麥茶	麵線、吐司	豬肉	香菇、蔥、木耳	當季水果
3	三		醬燒菇菇雞飯 五行蔬菜湯 當季水果 有機時蔬	山粉圓	飯、山粉圓	豬肉、蛋	乾香菇、木耳、 三洋蔥、時蔬 、色蔬菜	當季水果
4	四		香菇豬肉粥 當季水果	黑糖爆漿饅頭 杏仁茶	米飯、饅頭 、杏仁	豬肉	洋蔥、時蔬、時菇	當季水果
5	五		醬燒雞肉拌飯 當季水果	枸杞蛋花麵線	米、麵線 、枸杞	雞蛋、雞肉	時蔬、洋蔥、香菇	當季水果
8	一	吐司	日式蔬菜炒飯 豆腐蛋花湯 當季水果	五穀麵包 洛神花茶	飯、麵包	豬肉、蛋 、豆腐	時蔬、紅蘿蔔、菇、 洋蔥、洛神花	當季水果
9	二		洋蔥蕃茄雞蛋麵 當季水果	麥片牛奶	麥片、米飯	蛋、肉絲 、牛奶	蕃茄、洋蔥 蘿蔔、豌豆	當季水果
10	三		馬鈴薯燉肉飯 雞肉牛蒡湯 當季水果 有機時蔬	紅豆紫米粥	米飯、紅豆、 牛蒡、紫米 、馬鈴薯	豬肉、雞肉	蔬菜、紅蘿蔔	當季水果
11	四		海鮮高麗菜粥 當季水果	養生饅頭 牛蒡茶	米飯、饅頭	絞肉、蝦仁、 花枝	高麗菜、時蔬 三色豆、牛蒡	當季水果
12	五		咖哩雞肉飯 蘿蔔豬肉湯 當季水果	關東煮	麵條、玉米	雞肉、黑輪、 豬肉片	芹菜、 白蘿蔔、蔬菜	當季水果

15	一	吐 司	彩椒蛋炒飯 玉米濃湯 當季水果	起司麵包 麥茶	飯、麵包 、玉米、麥	肉絲、蛋	蔬菜、彩椒 、洋蔥	當季水果
16	二		榨菜肉絲麵 當季水果	雞蛋糕 杏仁茶	麵條、杏仁 、雞蛋糕	肉絲	榨菜、時蔬	當季水果
17	三		麻婆豆腐飯 蕃茄蛋花湯 有機時蔬 當季水果	愛玉蜜	米飯	肉燥、雞蛋 、豆腐	洋蔥、 蕃茄、時蔬	當季水果
18	四		洋菇蔬菜雞肉粥 當季水果	黑糖饅頭 麥茶	米飯、麥 、饅頭	雞肉	洋菇、高麗菜、 洋蔥、蔬菜	當季水果
19	五		台式炒粿條 肉絲蔬菜湯 當季水果	養生芝麻糊	粿條、芝麻	肉絲、豆類	高麗菜、木耳、時 蔬、蘿蔔絲	當季水果
22	一	吐 司	薑黃時蔬炒飯 玉米海帶湯 當季水果	菠蘿麵包 牛奶	米飯、麵包、 玉米	肉絲、牛奶	香菇、蔬菜 海帶、木耳	當季水果
23	二		什錦鍋燒意麵 當季水果	餛飩蛋花湯	麵條、餛飩	雞蛋、肉絲、 蝦仁、小卷	蔬菜、 洋蔥、青菜	當季水果
24	三		茄汁蛋豆腐 菇菇肉絲湯 有機時蔬 當季水果	西米露	米飯、西米露	肉絲、蛋 、豆腐	三色豆、時蔬 、綜合菇類、蕃茄	當季水果
25	四		清粥小菜 紅蘿蔔炒蛋 肉鬆 當季水果	五穀饅頭 麥茶	米飯、 五穀、饅頭	雞肉、蛋 、肉鬆	時蔬、香菇 、紅蘿蔔	當季水果
26	五		養生豬肉湯麵 當季水果	水煮蛋 牛蒡茶	麵條	豬肉、蛋	香菇、洋蔥、牛蒡 時蔬、紅蘿蔔	當季水果
29	一	吐 司	五彩炒飯 百菇湯 當季水果	海綿蛋糕 洛神花茶	米飯、蛋糕	蛋、肉絲	洋蔥、時蔬、 彩椒、菇類 、洛神花	當季水果
30	二		擔仔麵 當季水果	銀耳紅棗湯	麵條	肉燥、貢丸	豆芽菜、時蔬 、紅棗	當季水果

以上菜單會因應季節、食材供應而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》