

台南市私立愛迪生幼兒園
113學年度 第一學期 11月 幼兒餐點表

日	星期	活力早餐	營養午餐	可口點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	魚肉豆蛋奶類	蔬菜類	水果類
1	五	香菇雞湯麵	白飯、腐乳豆包、紅燒海根、時令青菜、花椰菜湯 (小米+白米、炸豆包、豆腐乳、海根)	稀飯、肉鬆	√	√	√	√
2	六		假日					
3	日		假日					
4	一	小菜包、決明子茶	茄汁蛋炒飯、當歸湯 (白米、肉絲、高麗菜、玉米粒)	米粉羹	√	√	√	√
5	二	麻油麵線	糙米飯、地瓜燒雞、三絲銀芽、時令青菜、皇帝豆肉絲湯 (糙米+白米、雞肉、地瓜、豆芽菜、芹菜、紅蘿蔔絲)	草莓吐司、黑豆茶	√	√	√	√
6	三	廣東粥	義大利肉醬麵、黃瓜玉米筍湯 (關廟麵、絞肉、三色豆、玉米粒、洋蔥)	豆皮壽司、桂圓紅棗茶	√	√	√	√
7	四	沙茶湯麵	白飯、瓜仔肉燥、鹹蛋紅蘿蔔絲、時令青菜、肉羹湯 (白米、花瓜、絞肉、肉羹、筍絲、大白菜)	麻油米血	√	√	√	√
8	五	黑糖小饅頭、牛奶	香菇肉羹飯 (白米、里肌肉絲、筍絲、大白菜、香菇)	粉圓甜湯	√	√	√	√
9	六		假日					
10	日		假日					
11	一	蒸餃、味噌湯	什錦湯飯 (白米、里肌肉絲、高麗菜、香菇、魚板)	素香麵線羹	√	√	√	√
12	二	南瓜粥	豬排漢堡、玉米濃湯 (麵包、里肌肉片、蛋、玉米粒、玉米醬)	榨菜肉絲麵	√	√	√	√
13	三	鍋燒意麵	小米飯、糖醋肉絲、三色豆干丁、時令青菜、海芽腐皮湯 (小米+白米、里肌肉絲、洋蔥、豆干、三色豆)	銀絲卷、冬瓜檸檬	√	√	√	√
14	四	豆沙包、豆漿	沙茶肉絲炒麵、白蘿蔔玉米湯 (涼麵、肉絲、香菇、高麗菜、洋蔥、玉米筍)	仙草蜜	√	√	√	√
15	五	肉燥湯麵	白飯、香菇肉燥、洋蔥炒蛋、時令青菜、味噌豆腐湯 (白米、絞肉、香菇、洋蔥)	奶酥吐司、決明子茶	√	√	√	√
16	六		假日					
17	日		假日					
18	一	餛飩湯麵	地瓜粥、火腿蔥蛋、肉鬆、時令青菜 (白米、地瓜、火腿丁、蔥花)	紫米紅豆湯	√	√	√	√
19	二	蘿蔔糕、紫菜湯	咖哩雞肉燴飯、高麗蛋花湯 (白米、雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥)	鍋燒烏龍麵	√	√	√	√
20	三	原味小饅頭、牛奶	藜麥飯、豆豉豆腐、炒冬粉、時令青菜、紫菜魚丸湯 (藜麥+白米、板豆腐、絞肉、豆豉、虱目魚丸)	豆菜麵	√	√	√	√
21	四	奶皇包、豆漿	大魯麵 (關廟麵、里肌肉絲、木耳、筍絲、大白菜)	虱目魚粥	√	√	√	√
22	五	雞蛋麵線	白飯、鳳梨燒雞、滷油豆腐、時令青菜、紫菜金針湯 (白米、雞丁、鳳梨、油豆腐、金針菇)	小麵包-克林姆、冬瓜茶	√	√	√	√
23	六		假日/親子運動會					
24	日		假日					
25	一	芋泥包、牛奶	沙茶豬肉燴飯 (白米、里肌肉絲、高麗菜、魚丸、香菇)	八寶粥	√	√	√	√
26	二	雞蛋小饅頭、牛奶	炸醬乾麵、滷蛋、時令青菜、榨菜肉絲湯 (涼麵、絞肉、豆干)	冬瓜愛玉	√	√	√	√
27	三	鍋燒雞絲麵	五穀飯、蔥爆豬柳、培根雙色花椰菜、時令青菜、紫菜蛋花湯 (五穀+白米、洋蔥、里肌肉絲、培根)	起司吐司、麥茶	√	√	√	√
28	四	玉米滑蛋粥	水餃、酸辣湯 (豬肉水餃、紅蘿蔔、香菇、筍絲、木耳、豆腐)	肉燥板條	√	√	√	√
29	五	黑糖小饅頭、豆漿	白飯、五香肉燥、玉米炒蛋、時令青菜、枸杞冬瓜湯 (白米、絞肉、玉米粒、冬瓜)	關東煮	√	√	√	√
30	六		假日					

1. 本園一律使用台灣國產豬肉、本地食材。

2. 餐點及水果皆以時令取得為主、必要時會適時調整。水果每週公告於好校通。。