

臺北市信義區信義國小附幼110年11月份菜單

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	全穀雜糧類	油脂與堅果種子類	蔬菜類	乳品	水果	豆魚蛋肉	熱量
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐								
11月1日	一	麵線羹	芝麻飯	蒜泥白肉	鮮蔬白菜	時蔬	玉米結頭菜湯	水果	鬆餅*1+麥茶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月2日	二(特)	地瓜包*1+鮮奶	時蔬義大利麵	酥炸魚排		時蔬	洋芋排骨湯	水果	日式湯麵	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月3日	三	炸醬麵	有機白米	冬瓜燜肉	三色炒蛋	時蔬	日式味噌湯	水果	紅豆薏仁湯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月4日	四	皮蛋瘦肉粥	麥片飯	麻油雞	蒜香海根	時蔬	酸辣湯	水果	義式菇菇濃湯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月5日	五	蛋糕*1+低糖豆漿	白米飯	家鄉肉燥	紅仁蒲瓜	時蔬	金針湯	水果	奶皇包*1+鮮奶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月8日	一	鍋燒意麵	燕麥飯	味噌煮魚	芹香豆干	時蔬	蘿蔔大骨湯	水果	茶葉蛋*1+黑芝麻豆漿	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月9日	二(特)	紅豆包*1+鮮奶	肉絲蛋炒飯	滷豬排		時蔬	什錦鮮菇湯	水果	紅棗木耳甜湯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月10日	三	廣東粥	有機白米	馬鈴薯燉雞	茄汁油腐	時蔬	鮮瓜排骨湯	水果	小籠湯包*2+豆腐湯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月11日	四	肉燥乾麵	白米飯	壽喜豬	日式蒸蛋	時蔬	玉米濃湯	水果	黑糖捲*1+冬瓜茶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月12日	五	紫米珍珠丸*2+紫菜玉米湯	糙米飯	蔥燒雞丁	彩蔬甜條	時蔬	田園蔬菜湯	水果	全麥吐司*1+鮮奶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月15日	一	馬拉糕*1+黑芝麻豆漿	胚芽飯	海結燒肉	打拋干丁	時蔬	四神湯	水果	芋頭西米露	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月16日	二(特)	時蔬鮪魚粥	日式炒烏龍	無骨香雞排		時蔬	黃芽大骨湯	水果	港式蒸蘿蔔糕	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月17日	三	小肉包*1+鮮奶	有機白米	沙茶肉片	黃瓜炒貢丸	時蔬	馬鈴薯濃湯	水果	關東煮(海帶、黑輪、蘿蔔)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月18日	四(蔬)	紅豆麥片粥	蕎麥飯	京醬豆干	紅仁炒蛋	時蔬	羅宋湯	水果	鮮蔬雲吞湯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月19日	五	客家炒粿條	白米飯	紅燒魚	螞蟻上樹	時蔬	木耳鮮筍湯	水果	燒賣*1+鮮奶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月22日	一	醬油拉麵	麥片飯	筍香肉絲	玉米炒蛋	時蔬	大滷湯	水果	豬肉餡餅*1+低糖豆漿	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月23日	二(特)	高麗菜包*1+優酪乳	飄香油飯	花枝排		時蔬	肉骨茶湯	水果	燒仙草	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月24日	三	水餃*3+味噌玉米湯	有機白米	栗子燒肉	豆皮炒白菜	時蔬	青菜蛋花湯	水果	紅豆甜湯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月25日	四	香菇瘦肉粥	燕麥飯	鹹水雞	三杯鮮菇	時蔬	紫菜丸片湯	水果	三絲肉羹湯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月26日	五	雞絲湯麵	白米飯	泰式打拋豬	紅燒冬瓜	時蔬	薑絲海芽湯	水果	銀絲卷*1+鮮奶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月29日	一	原味餐包*1+黑芝麻豆漿	胚芽飯	咖哩肉片	木耳高麗	時蔬	味噌豆腐湯	水果	珍珠丸*2+麥茶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0
11月30日	二(特)	蒸地瓜*1+鮮奶	茄汁螺旋麵	翅小腿*2		時蔬	山藥排骨湯	水果	紫米粥	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0

備註:菜單中板豆腐、油豆腐、黑豆干、五香豆干、豆包、蘭花干、百頁豆腐、素雞、豆腸、玉米均為非基因改造食材。中央廚房承攬廠商:統鮮美食股份有限公司

本園一律使用國產豬、牛肉食材