|  |
| --- |
| 新北市私立及人小學附設新北市私立幼兒園 110年11月 |
| 日期 | 星期 | 早 點 | 午 餐 | 午 點 | 餐 點 類 別 檢 核 |
| 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 水果 | 全穀根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 一 | 芋頭麵包 | 糙米飯 | 白醬鮮菇雞丁 | 豆瓣桂竹筍 | 時令蔬菜 | 白玉湯 | 時令水果 | 漢堡 | v | v | v | v |
| 2 | 二 | 椰子麵包、牛奶 | 糙米飯 | 金針肉絲 | 酸菜麵腸 | 時令蔬菜 | 地瓜甜湯 | 時令水果 | 紅豆QQ圓甜湯 | v | v | v | v |
| 3 | 三 | 鍋貼 |  火腿鳳梨蛋炒飯、麥克雞塊 | 時令蔬菜 | 虱目魚丸湯 | 時令水果 | 綜合滷味 | v | v | v | v |
| 4 | 四 | 蘿蔔糕 | 糙米飯 |  油蔥雞絲 | 大溪黑豆干 | 時令蔬菜 | 黃豆芽湯 | 時令水果 | 香菇肉絲關麵廟 | v | v | v | v |
| 5 | 五 | 海苔壽司 | 糙米飯 |  香菇肉片 | 香滷四方干 | 時令蔬菜 | 玉米湯 | 時令水果 | 黑糖饅頭 | v | v | v | v |
| 8 | 一 | 紅豆麵包 | 糙米飯 | 香酥雞米花 | 香滷大白菜 | 時令蔬菜 | 洋芋湯 | 時令水果 | 茶葉蛋 | v | v | v | v |
| 9 | 二 | 營養餐包、優酪乳 | 糙米飯 | 梅干細肉 | 燴料沙茶干片 | 時令蔬菜 | 冬瓜蛤蜊湯 | 時令水果 | 蓮子枸杞銀耳湯 | v | v | v | v |
| 10 | 三 | 飯糰 | 糙米飯 | 雙菇雞丁 | 鳥蛋燴黃瓜 | 時令蔬菜 | 銀魚莧菜湯 | 時令水果 | 鍋燒意麵 | v | v | v | v |
| 11 | 四 | 蛋燒餅 | 糙米飯 | 南瓜鮮菇肉丁 | 醬汁帶卷 | 時令蔬菜 | 海根豆腐湯 | 時令水果 | 紫米麥片粥 | v | v | v | v |
| 12 | 五 | 海苔壽司 | 咖哩燴飯、螞蟻上樹 | 時令蔬菜 | 丸片湯 | 時令水果 | 鮮肉包 | v | v | v | v |
| 15 | 一 | 奶酥麵包 | 糙米飯 | 細肉蝦仁蒸蛋 | 彩燴木須 | 時令蔬菜 | 薑汁南瓜湯 | 時令水果 | 漢堡 | v | v | v | v |
| 16 | 二 | 椰子麵包、牛奶 | 糙米飯 | 蕃茄雞丁 | 香滷豆包 | 時令蔬菜 | 榨菜肉絲湯 | 時令水果 | 細肉銀魚糙米粥 | v | v | v | v |
| 17 | 三 | 蔥油餅 | 糙米飯 | 蘑菇肉片 | 三角薯餅 | 時令蔬菜 | 味噌湯 | 時令水果 | 綠豆地瓜甜湯 | v | v | v | v |
| 18 | 四 | 饅頭夾蛋 | 糙米飯 | 黑胡椒雞丁 | 韭菜甜條 | 時令蔬菜 | 酸菜冬粉湯 | 時令水果 | 白玉香菇肉羹 |  |  |  |  |
| 19 | 五 | 海苔壽司 |  白醬海鮮炒麵、地瓜薯條 | 時令蔬菜 | 紫菜蛋花湯 | 時令水果 | 蔬菜包 | v | v | v | v |
| 22 | 一 | 奶酥麵包 | 糙米飯 | 海鮮燴肉片 | 香滷鳳尾筍 | 時令蔬菜 | 海芽湯 | 時令水果 | 茶葉蛋 | v | v | v | v |
| 23 | 二 | 營養餐包、優酪乳 | 糙米飯 | 鳳梨鮮菇雞丁 | 肉絲洋芋脆片 | 時令蔬菜 | 黃瓜湯 | 時令水果 | 紅豆紫米桂圓粥 | v | v | v | v |
| 24 | 三 | 蛋燒餅 | 糙米飯 | 回鍋肉片 | 五味海根 | 時令蔬菜 | 帶絲湯 | 時令水果 | 香菇肉絲雞絲麵 | v | v | v | v |
| 25 | 四 | 飯糰 | 糙米飯 | 枸杞鮮菇雞丁 | 紅絲炒蛋 | 時令蔬菜 | 白玉湯 | 時令水果 | 蒸地瓜 | v | v | v | v |
| 26 | 五 | 海苔壽司 | 水餃 | 酸辣湯 | 時令水果 | 黑糖饅頭 | v | v | v | v |
| 29 | 一 | 芋頭麵包 | 糙米飯 | 香脆雞米花 | 海味白玉小丁 | 時令蔬菜 | 金針湯 | 時令水果 | 漢堡 | v | v | v | v |
| 30 | 二 | 營養餐包、優酪乳 | 糙米飯 | 白玉滷肉 | 客家小炒 | 時令蔬菜 | 蕃茄豆腐湯 | 時令水果 | 綠豆米苔目 | v | v | v | v |