

《114 年月 11 月》

# 臺北市景新非營利幼兒園餐點表

日期	時間	11/3 星期一	11/4 星期二	11/5 星期三	11/6 星期四	11/7 星期五	* * * * 經營營養學家指導，本園特別精心安排於每天上午點心為綜合水果，藉此均衡孩子的營養與不偏食的好習慣。 為了培養寶貝良好的生活習慣及作息，請讓孩子每天早睡早起，並在家用完早餐再來上學，如此更可增進親子間良好的互動關係唷 本園中午米飯皆以糙米+多種穀物方式提供滿滿的營養喔！ 本園餐點採用紐西蘭進口奶粉，並使用合格廠商之麵包及各項麵食，以孩子的健康為主張，各項餐點皆有嚴格過濾把關，敬請各位家長安心。
11/3~11/7	上午點心	綜合水果	綜合水果	綜合水果	綜合水果	綜合水果	
	午餐	豆干炒吻魚 燴三絲 時鮮蔬菜 山藥雞骨湯	洋蔥炒雞絲 紅絲炒蛋 時鮮蔬菜 蘿蔔雞骨湯	清蒸鱸魚 蜜汁甜不辣 時鮮蔬菜 南瓜雞骨湯	雞絲蛋炒飯 (雞肉、蔬菜、紅蘿蔔、洋蔥、蛋、魚板) 蕃茄蔬菜雞骨湯	雞肉燒栗子 家常豆腐 時鮮蔬菜 香菇雞湯	
	下午點心	玉米雞茸粥	牛角麵包+牛奶	芋頭米粉	芝麻饅頭+豆漿	肉羹麵	
11/10~11/14	上午點心	11/10 綜合水果	11/11 綜合水果	11/12 綜合水果	11/13 綜合水果	11/14 綜合水果	
	午餐	雙色蘿蔔滷雞肉 玉米筍炒綠花椰 時鮮蔬菜 五行蔬菜湯	茄汁鯛魚片 日式蒸蛋 時鮮蔬菜 薑絲蛤蠣湯	什錦烏龍麵 (雞肉、洋蔥、香菇、紅蘿蔔、木耳、魚板、蔬菜)	洋蔥炒嫩雞 雞肉末四季豆 時鮮蔬菜 大白菜紅棗雞湯	小魚炒蛋 彩椒炒雞絲 時鮮蔬菜 綜合菇菇湯	
	下午點心	雞絲麵	黑糖地瓜湯	蔬菜鹹粥	桂圓紫米湯	慶生會(紅蛋+養生茶)	
11/17~11/21	上午點心	11/17 綜合水果	11/18 綜合水果	11/19 綜合水果	11/20 綜合水果	11/21 綜合水果	
	午餐	京醬雞肉蛋炒飯 (雞肉、蔬菜、洋蔥、紅蘿蔔、香菇、豌豆) 海帶排骨湯	照燒雞丁 三杯杏鮑菇 時鮮蔬菜 莧菜小魚湯	麵輪燒雞肉 蠔油茄子 時鮮蔬菜 紫菜蛋花湯	香煎土魷魚 螞蟻上樹 時鮮蔬菜 羅宋湯	豆干炒雞絲 玉米炒蛋 時鮮蔬菜 黃豆芽雞骨湯	
	下午點心	蘇打餅乾+牛奶	蘿蔔糕湯	黑糖饅頭+豆漿	什錦粥	紅豆豆花	
11/24~11/28	上午點心	11/24 綜合水果	11/25 綜合水果	11/26 綜合水果	11/27 綜合水果	11/28 綜合水果	
	午餐	小黃瓜炒肉絲 銀魚蒸蛋 時鮮蔬菜 味噌豆腐湯	滷小棒棒腿 五香豆乾海帶 時鮮蔬菜 蓮藕排骨湯	塔香魚片 銀芽肉絲 時鮮蔬菜 枸杞冬瓜湯	台式炒油麵 (油麵、乾香菇、紅蘿蔔、高麗菜、豬肉絲、洋蔥、魚板) 玉米排骨湯	彩椒雞丁 魚板燴大黃瓜 時鮮蔬菜 牛蒡排骨湯	
	下午點心	廣東粥	蔥燒餅+豆漿	關東煮	玉米脆片+牛奶	客家板條	

本園使用國產豬肉本土全蛋無使用進口蛋液（因應疫情故 11/3-11/21 主餐為雞肉、魚肉）