

桃園市平鎮區北勢國小附設幼兒園 114年11月 菜單總表

週別	日期	星期	上午點心		下午點心		營養成分(份數)						
							全穀	豆魚	乳品	蔬菜	水果	油脂	熱量
第10週	11/3	一	紅糖饅頭 饅頭	豆漿 豆漿	玉米排骨湯 玉米段S、白蘿蔔、排骨S、紅蘿蔔	水果 水果	2.5	0.2	0.0	0.3	1.0	0.2	267
	11/4	二	鮮魚元氣粥 白米、魚片、時蔬		鹿港麵線糊 紅麵線CAS絞肉脆筍絲香葉柴魚片黑木耳絲w	水果 水果	2.2	0.3	0.0	0.1	1.0	0.1	244
	11/5	三	日式佃煮 時蔬、海帶結、紅蘿蔔、筍		檸檬愛玉 愛玉、檸檬	水果 水果	1.6	0.3	0.0	0.1	1.0	0.1	278
	11/6	四	肉羹湯麵 油麵、肉羹、筍絲、雞蛋0、木耳、紅蘿蔔		全麥土司+鮮奶 全麥土司、鮮奶	水果 水果	2.1	0.2	0.5	0.1	1.0	0.2	314
	11/7	五	四神排骨湯 四神、排骨丁S		水果拼盤 水果		1.8	0.3	0.0	0.0	1.5	0.3	252
第11週	11/10	一	銀絲卷 銀絲卷	鮮奶 鮮奶	家常黑輪湯 白蘿蔔、黑輪、紅蘿蔔、大骨S	水果 水果	1.6	0.6	0.5	0.5	1.0	0.2	299
	11/11	二	酸辣湯餃 熱水餃、豆腐、木耳、筍絲、紅蘿蔔、雞蛋0		綠豆豆花(自做) 無糖豆漿、豆花粉、綠豆	水果 水果	1.2	1.0	0.0	0.1	1.0	0.2	303
	11/12	三	香菇素燥飯 白米、豆干、刈筍、雞輪、紅蔥頭、香菇		蔬菜煎餅 高麗菜、紅蘿蔔、麵粉、雞蛋0	水果 水果	2.3	0.9	0.0	0.1	1.0	0.1	296
	11/13	四	古早味鹹粿湯 蘿蔔糕、絞肉S、韭菜、香菇、蝦米		大滷湯 CAS肉絲脆筍絲大白菜洗滌蛋w紅蘿蔔w黑木耳絲w	水果 水果	1.3	0.6	0.0	0.4	1.0	0.1	231
	11/14	五	皮蛋瘦肉粥 白米、絞肉S、皮蛋、時蔬、紅蘿蔔		水果拼盤 水果		1.0	0.2	0.0	0.1	1.5	0.2	187
第12週	11/17	一	豆沙包 包子	鮮奶 鮮奶	什錦米粉湯 炊粉、蟹味棒、時蔬、紅蘿蔔、蝦米	水果 水果	1.7	0.0	0.5	0.1	1.0	0.1	266
	11/18	二	小魚糙米粥 白米、糙米、吻仔魚、時蔬、紅蘿蔔		山藥雪蓮湯 山藥雪蓮子CAS排骨丁紅蘿蔔w	水果 水果	1.7	0.6	0.0	0.1	1.0	0.2	236
	11/19	三	香煎蘿蔔糕 蘿蔔糕	米漿 米漿	南瓜凍豆腐湯 南瓜、凍豆腐、三色丁S	水果 水果	2.6	0.3	0.0	0.1	1.0	0.1	272
	11/20	四	白米香菇油飯 白米、絞肉S、豆干、碎蘿蔔、香菇、蝦米、紅蔥頭		地瓜芋圓湯 地瓜、芋圓	水果 水果	2.2	0.4	0.0	0.1	1.0	0.2	324
	11/21	五	擔仔麵 油麵、絞肉S、貢丸、時蔬		水果拼盤 水果		1.1	0.2	0.0	0.1	1.0	0.2	194
第13週	11/24	一	營養穀片 玉米脆片	鮮奶 鮮奶	酸菜白肉湯 筍片、排骨	水果 水果	1.2	0.6	0.5	0.4	1.0	0.2	268
	11/25	二	鍋燒意麵 意麵、時蔬、貢丸、紅蘿蔔		薑絲冬瓜湯 冬瓜、金針菇、紅蘿蔔w薑w大骨	水果 水果	1.4	0.2	0.0	0.7	1.0	0.2	200
	11/26	三	芋頭滑蛋粥 白米、芋頭、雞蛋0、香菇		暖暖燒仙草 仙草汁、仙草用粉、QQ	水果 水果	1.6	0.1	0.0	0.1	1.0	0.1	237
	11/27	四	培根通心粉 義大利麵、洋芋、三色丁S、洋蔥、碎培根S		日式關東煮 白蘿蔔、玉米、米血糕S、貢丸、柴魚	水果 水果	1.5	0.3	0.0	0.4	1.0	0.2	207
	11/28	五	家鄉滷肉飯 白米、絞肉S、豆干、洋蔥、紅蔥頭		水果拼盤 水果		1.3	0.4	0.0	0.1	1.0	0.1	218

※豬肉來源皆為國產豬肉

※若遇不可抗拒之天然災害導致影響產地農產品之收成本公司可適度與校方共識調整菜單。

※可能含過敏原：甲殼、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類及其製品，及使用亞硫酸鹽類等。

餐點組老師：  郭純汎 幼兒園主任：  蔡潔昕 校長：  劉俊宏