



臺南市私立星堡幼兒園 113 學年度第一學期 11 月份餐點表

日期	星期	上午 點心 9:00	午 餐 11:30	水果	下午 點心 15:00	餐點類別檢核			
						全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
11/01	五	木耳鮮菇湯 黑木耳、香菇	雞蓉南瓜粥 白米、雞肉、南瓜、高麗菜、洋葱	西瓜	豆腐菇菇湯 豆腐、高麗菜、豬肉、香菇	✓	✓	✓	✓
11/04	一	玉米蘿蔔湯 玉米、香菇、紅蘿蔔	高麗菜肉末滑蛋粥 白米、高麗菜、豬肉、雞蛋、洋葱、紅蘿蔔、玉米、豌豆	鳳梨	牛奶吐司+麥茶 吐司、麥茶	✓	✓	✓	✓
11/05	二	叻仔魚粥 白米、叻仔魚	白菜魯麵羹 油麵、魚羹、筍絲、大白菜	鳳梨	香 Q 地瓜湯 地瓜、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
11/06	三	鮮蔬豬肉麵 意麵、豬肉、紅蘿蔔、高麗菜	鳳梨蛋炒飯+芹菜貢丸湯 白米、雞蛋、鳳梨、紅蘿蔔、青豆仁、玉米、芹菜、貢丸	鳳梨	肉燥麵線湯 豬肉、麵線	✓	✓	✓	✓
11/07	四	青豆仁粥 白米、蘿蔔、青豆仁、玉米	茄汁魚香蔬菜麵 香菇、豬肉、高麗菜、洋葱、木耳、麵、鯖魚、番茄	鳳梨	日式關東煮 黑輪、米血、魚丸、白蘿蔔	✓	✓	✓	✓
11/08	五	火腿濃湯 玉米、火腿	竹筍豬肉粥 高麗菜、雞蛋、紅蘿蔔、豬肉、竹筍、豬肉、白米	鳳梨	蜜香芋頭露 芋頭、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
11/11	一	香煎蘿蔔糕 醬油、蘿蔔糕、蔥	芹香魚片海鮮粥 白米、虱目魚肉、豬肉、花枝、芹菜、高麗菜、洋葱	芭樂	奶油吐司+冬瓜茶 吐司、奶油、冬瓜露	✓	✓	✓	✓
11/12	二	肉鬆鹹粥 白米、玉米、肉鬆、木耳	榨菜肉絲湯麵 麵條、榨菜絲、小白菜、芹菜、油蔥酥、豬肉	芭樂	紅棗銀耳甜湯 紅棗、銀耳、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
11/13	三	豆芽關廟麵 關廟麵、豬肉、豆芽菜	滷香肉燥飯+蘿蔔魚丸湯 白米、香菇、蝦米、豬肉、紅蘿蔔、醬瓜、小烏蛋、洋葱、白蘿蔔、魚丸	芭樂	雙絲雞肉羹 紅蘿蔔、蔥、雞肉	✓	✓	✓	✓
11/14	四	蔬菜炒蛋 雞蛋、火腿、青豆、洋葱	三絲豬肉湯麵 麵條、蔥、紅蘿蔔、木耳、洋葱、豬肉	芭樂	綜合關東煮 甜不辣、米血、白蘿蔔	✓	✓	✓	✓
11/15	五	豚香細麵 大白菜、豬肉、麵條	青椒什錦炒飯+大白菜肉丸湯 白米、青椒、豬肉、紅蘿蔔、洋葱、木耳、大白菜、肉丸	芭樂	蜜香愛玉 愛玉、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
11/18	一	冬粉蔬菜湯 冬粉、高麗菜、豬肉	虱目魚片滑蛋粥 虱目魚、雞蛋、玉米、洋葱、香菇、青菜、姜絲	蘋果	草莓吐司+麥茶 吐司、草莓果醬、麥茶	✓	✓	✓	✓
11/19	二	韭香蘿蔔糕 蘿蔔糕、韭菜	蘑菇茄汁鐵板麵+玉米湯 蘑菇、鐵板麵、豬肉、香菇、洋葱、玉米	蘋果	紅豆薏仁粥 紅豆、薏仁、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
11/20	三	雞絲湯麵 雞絲麵、小白菜、豬肉	蔥爆豬肉燴飯 香菇、豬肉、紅蘿蔔、蔥、洋葱、綜合菇、高麗菜	蘋果	絲瓜麵線 絲瓜、麵線	✓	✓	✓	✓
11/21	四	菠菜翡翠粥 白米、菠菜翡翠	花枝漿大滷麵 麵、桶筒、高麗菜、豬肉、木耳、紅蘿蔔、花枝漿	蘋果	豆腐蔬菜煎餅 豆腐、豬肉、高麗菜、麵粉	✓	✓	✓	✓
11/22	五	蟹絲玉米湯 蟹肉絲、玉米	廣式皮蛋瘦肉粥 白米、高麗菜、豬肉、雞蛋、皮蛋、洋葱、紅蘿蔔	蘋果	粉角綠豆湯 綠豆、粉角、砂糖	✓	✓	✓	✓
11/25	一	豬肉細麵 豬肉、高麗菜、關廟麵	鮮味虱目魚蔬菜粥 虱目魚肉、白米、魚丸、高麗菜	柳丁	蜜糖吐司+冬瓜茶 吐司、蜂蜜、冬瓜	✓	✓	✓	✓
11/26	二	洋葱鮭魚粥 白米、鮭魚、洋葱、高麗菜	酸辣筍絲湯麵 麵條、筍絲、高麗菜、木耳、豬肉	柳丁	桂圓八寶粥 桂圓、綠豆、紅豆、薏仁、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
11/27	三	醬油烏龍麵 烏龍麵、豬肉、豆芽菜	香菇豬肉炊飯+紫菜湯 白米、香菇、豬肉、紅蘿蔔、醬瓜、小烏蛋、洋葱、紫菜	柳丁	白玉蘿蔔湯 白蘿蔔、黑輪	✓	✓	✓	✓
11/28	四	南瓜濃湯 南瓜、玉米、紅蘿蔔、豬肉	香菇蛋酥白菜麵 麵、筍絲、豬肉、香菇、洋葱、高麗菜、雞蛋	柳丁	三杯甜不辣 甜不辣	✓	✓	✓	✓
11/29	五	三色豆腐湯 香菇、玉米、紅蘿蔔、雞蛋、豬肉	豬肉水餃+味噌湯 水餃皮、高麗菜、國產豬肉、小魚乾、豆腐、味噌、柴魚片	柳丁	QQ 粉圓甜湯 粉圓、冬瓜、二級砂糖	✓	✓	✓	✓

*本園肉品皆使用國產肉品，敬請家長安心！

2024/10/31 製表