

基隆市立安心幼兒園 109 年十一月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐					下午點心	
2	一	小兔包/香醇牛奶	翡翠炒飯		百頁豆腐	季節鮮蔬	蘿蔔鮮菇湯	時令水果	素麵線湯
3	二	滑蛋瘦肉粥	芝麻飯	蜜汁魚丁	紅蘿蔔炒青豆	季節鮮蔬	酸辣湯	時令水果	蒸地瓜
4	三	米苔目湯	糙米飯	白菜獅子頭	三色炒蛋	季節鮮蔬	蓮藕排骨湯	時令水果	綠豆薏仁湯
5	四	杯子蛋糕/桂圓茶	蕎麥飯	馬鈴薯燉肉	洋蔥木耳炒豆絲	季節鮮蔬	香菇雞湯	時令水果	綜合滷味
6	五	蔬菜麵湯	紫米飯	西芹炒雞柳	枸杞絲瓜	季節鮮蔬	竹筍湯	時令水果	蔥酥餅/鮮奶多多
9	一	銀絲卷/香醇牛奶	鮮蔬炒烏龍		紅絲炒蛋	季節鮮蔬	嫩海帶豆腐湯	時令水果	水煮玉米
10	二	什錦糙米粥	燕麥飯	玉米雞丁	杏鮑菇炒甜不辣	季節鮮蔬	南瓜濃湯	時令水果	燒賣/低糖豆漿
11	三	肉燥乾拌麵	地瓜飯	沙茶豬肉	茶碗蒸	季節鮮蔬	山藥排骨湯	時令水果	竹筍肉羹湯
12	四	奶酥吐司/柚子茶	芝麻飯	咖哩雞肉	紅燒豆腐	季節鮮蔬	貢丸蘿蔔湯	時令水果	冬瓜西米露
13	五	慶生蛋糕/枸杞茶	薏仁飯	糖醋魚柳	螞蟻上樹	季節鮮蔬	青木瓜大骨湯	時令水果	焦糖捲餅/糙米漿
16	一	黑糖饅頭/香醇牛奶	滑蛋素燴飯		紅燒麵輪	季節鮮蔬	番茄蔬菜湯	時令水果	切仔麵
17	二	銀魚營養粥	紫米飯	軟溜雞丁	花生滷海帶	季節鮮蔬	味噌豆腐湯	時令水果	蔥捲包/麥茶
18	三	米粉湯	糙米飯	番茄豬柳	榨菜炒豆干絲	季節鮮蔬	關東煮湯	時令水果	餛飩湯
19	四	金牛角麵包/菊花茶	蕎麥飯	滷翅小腿	玉米蒸蛋	季節鮮蔬	金針肉絲湯	時令水果	肉絲炒河粉
20	五	雞蛋麵線	地瓜飯	香酥鱈魚	黃瓜炒貢丸	季節鮮蔬	蒜香雞湯	時令水果	黃金布丁
23	一	運動會補假一天							
24	二	魚片粥	燕麥飯	三杯雞丁	塔香海帶	季節鮮蔬	青菜豆腐湯	時令水果	綜合滷味
25	三	肉燥油腐冬粉煲	什錦炒飯		紅燒肉	季節鮮蔬	牛蒡紅蘿蔔湯	時令水果	蛋花湯餃
26	四	草莓吐司/米漿	薏仁飯	滷雞腿	金沙杏鮑菇	季節鮮蔬	冬瓜排骨湯	時令水果	蔥油餅
27	五	香菇蘿蔔糕湯	糙米飯	豆酥蒸魚片	蘿蔔炒肉絲	季節鮮蔬	玉米貢丸湯	時令水果	玉米脆片/鮮奶
30	一	小菜包/低糖豆漿	芝麻飯	紹子豆腐	芹香甜不辣	季節鮮蔬	味噌紫菜湯	時令水果	鮮蔬麵疙瘩

※配合健康飲食概念，本園提供少油炸、少鹽、少糖等事宜口味。

※配合世界環境日愛護地球，每周一為環保日(蔬食日)。

※餐點以時令季節盛產食材為主，固本園依當日狀況進行調整菜單，若有異動請多包涵。