

財團法人天主教會台北教區附設新北市私立三芝幼兒園
十一月份營養餐點表 114.11.1-114.11.30

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心	餐點類別 檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
3	一	客家板條	青椒炒肉絲、乾炒四季豆、時令青菜、玉米湯、季節水果	蛋糕、麥茶	✓	✓	✓	✓
4	二	烏龍湯麵	韭菜花炒肉末、毛豆煎蛋、時令青菜、海帶芽湯、季節水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
5	三	蔬菜鹹粥	什錦炒麵、時令青菜、酸辣湯、季節水果	紫米甜粥	✓	✓	✓	✓
6	四	蘿蔔糕湯	紅燒獅子頭、蒸蛋、時令青菜、薑絲冬瓜湯、季節水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
7	五	什錦麵	吻仔魚蛋炒飯、時令蔬菜、羅宋湯、季節水果	西米露	✓	✓	✓	✓
10	一	玉米粥	糖醋里肌肉、洋蔥炒蛋、時令青菜、榨菜湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
11	二	陽春麵	醬爆豬肉、炒天婦羅、時令青菜、貢丸湯、季節水果	甜豆花	✓	✓	✓	✓
12	三	皮蛋瘦肉粥	蔬菜燴飯、海帶芽湯、時令青菜、季節水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
13	四	米粉湯	瓜仔肉、螞蟻上樹、時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	米苔目甜湯	✓	✓	✓	✓
14	五	蔬菜粥	什錦肉絲炒麵、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
17	一	廣東粥	蘿蔔燒肉、蒸蛋、時令青菜、金針湯、季節水果	甜湯圓	✓	✓	✓	✓
18	二	擔仔麵	馬鈴薯燒肉、木耳杏鮑菇、時令青菜、青菜豆腐湯、季節水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
19	三	雞絲麵	什錦豬肉燴飯、時令青菜、蔬菜湯、季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓
20	四	滑蛋粥	滷肉飯、油豆腐、時令青菜、青菜蛋花湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
21	五	肉鬆粥	青菜肉絲炒河粉、時令青菜、黃豆芽湯、季節水果	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
24	一	冬粉湯	洋蔥燒雞、滷海帶結、時令青菜、蔬菜湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
25	二	玉米粥	南瓜繪肉絲、蒜茸素雞片、時令青菜、味噌湯、季節水果	餐包、麥茶	✓	✓	✓	✓
26	三	蔬菜米苔目	義大利肉醬麵、時令青菜、玉米濃湯、季節水果	粉圓湯	✓	✓	✓	✓
27	四	大滷麵	三杯雞、香煎豆包、時令青菜、雙色蘿蔔湯、季節水果	芋圓甜湯	✓	✓	✓	✓
28	五	吐司、牛奶	吻仔魚烘蛋、炒毛豆、時令青菜、魚丸湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓

★每日主食為五穀紫米飯、地瓜飯、芝麻飯、白米飯輪替，午餐皆有一份水果。

★本園均依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

★每月青菜、水果以當令季節調配。

★本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，向芬芳烹材股份有限公司供應商採買(本園不提供牛肉食材)

★本園未使用輻射污染食品。