

小森林幼兒園 114 年 11 月份餐點類別檢核表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
3	一	大滷湯餃	壽喜燒+燴時蔬+青菜+洋蔥湯	肉燥冬粉	√	√	√	√
4	二	糙米肉粥	黃金花枝丸+番茄炒蛋+青菜+蘿蔔湯	烏龍麵	√	√	√	√
5	三	什錦麵線	京醬肉絲+螞蟻上樹+青菜+冬瓜大骨湯	紅豆薏仁	√	√	√	√
6	四	蟹肉羹	中華炒麵+芋頭大骨湯	黑糖饅頭+青蔬湯	√	√	√	√
7	五	數字餅+麥茶	滷雙色+毛豆乾丁+青菜+小魚青蔬湯	南瓜元氣粥	√	√	√	√
10	一	青蔬麵線	三杯雞+蔬菜羹+青菜+雙色蘿蔔湯	綠豆粉圓	√	√	√	√
11	二	皮蛋瘦肉粥	紅糟肉+五蔬蛋+青菜+海芽湯	日式鍋燒麵	√	√	√	√
12	三	小籠包+豆漿	故鄉滷肉飯+青菜+黃瓜貢丸湯	美濃板條	√	√	√	√
13	四	榨菜冬粉	馬鈴薯燒肉+炒三色+青菜+黃豆大骨湯	奶皇包+蛋花湯	√	√	√	√
14	五	蘋果麵包+麥茶	沙茶豬柳+麻婆豆腐+青菜+冬瓜蛤蠣湯	玉米肉粥	√	√	√	√
17	一	滑蛋麵線	茄汁天婦羅+蒸蛋+青菜+日式豆腐湯	紅豆燕麥	√	√	√	√
18	二	叻仔魚粥	瓜子肉+什錦豆腐+青菜+白菜腐皮湯	克林姆麵包+麥茶	√	√	√	√
19	三	韭香米苔目	蒸肉餅+豆瓣粉絲+青菜+五行湯	大滷麵	√	√	√	√
20	四	番茄麵疙瘩	咖哩雙色+玉米燴蛋+青菜+哈佛精力湯	黑糖粉條	√	√	√	√
21	五	吐司+牛奶	豬肉水餃+蔬菜濃湯	芋香肉粥	√	√	√	√
24	一	蘿蔔糕湯	雞米花+時蔬燴蛋+青菜+三絲湯	綠豆Q圓	√	√	√	√
25	二	燕麥粥	花生麵筋+木耳干片+青菜+蘿蔔大骨湯	台南意麵	√	√	√	√
26	三	香菇麵線	肉絲蛋炒飯+山藥湯	雙色饅頭+麥茶	√	√	√	√
27	四	三絲冬粉	芋頭三丁+素汶冬瓜+青菜+牛蒡養生湯	沙茶米粉	√	√	√	√
28	五	法國餅+南瓜濃湯	玉米肉醬+蒜香豆腐+青菜+冬瓜湯	海鮮粥	√	√	√	√

* 每日午餐均附有新鮮水果 *

* 本園一律使用國產豬 *