

安康幼兒園114年11月份餐點計劃表

週別	日期	星期	上午點心	營 養 午 餐	下午點心
第一週	11/3	週一	(1,2)牛奶燕麥粥	(1,2,3)鮮菇素肉粥、(4)附餐水果	(1)養生饅頭、麥茶
	11/4	週二	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1)紅豆西米露
	11/5	週三	(4)水果	(1,2,3)雞肉咖哩飯、(3)青菜蘿蔔湯、(4)附餐水果	(1,2)玉米濃湯
	11/6	週四	(1,2)薏仁燕麥粥	(1,2,3)鮮菇素肉粥、(4)附餐水果	(1)綠豆湯
	11/7	週五	(1)吐司	(1,2,3)魚丸麵、(4)附餐水果	(1)地瓜QQ
第二週	11/10	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1)綠豆薏仁湯
	11/11	週二	(1)薏仁湯	(1,2,3)素排骨麵、(4)附餐水果	(1)綠豆湯
	11/12	週三	(4)水果	(1,2,3)開陽白菜什錦燴飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(2)豆漿、(1)奶皇包
	11/13	週四	(1,2)燕麥薏仁粥	(1,2,3)蒜味義大利麵、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1,2)玉米濃湯
	11/14	週五	(4)水果	(1,2,3)蘿蔔瘦肉粥、(4)附餐水果	(1,2,3)關東煮
第三週	11/17	週一	(1,2)牛奶燕麥粥	(1,2,3)瘦肉蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1)紅豆紫米粥
	11/18	週二	(1)綠豆湯	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
	11/19	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(1,2,3)雞肉咖哩飯、(3)蘿蔔湯、(4)附餐水果	(1,2)玉米濃湯
	11/20	週四	(1)薏仁湯	(1,2,3)蒜味肉羹麵、(4)附餐水果	(1)紅豆紫米粥
	11/21	週五	(4)水果	(1,2,3)香菇豬肉粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦冬粉湯
第四週	11/24	週一	(1,2)牛奶燕麥粥	(1,2,3)水餃、(2,3)魚丸湯、(4)附餐水果	(1)綠豆薏仁湯
	11/25	週二	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)日式味噌拉麵、(4)附餐水果	(1)地瓜QQ湯
	11/26	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(1,2)紅蘿蔔炒蛋、(3)青菜、(2,3)油豆腐蘿蔔湯、(4)附餐水果	冬瓜粉圓
	11/27	週四	(1)綠豆湯	(1,2,3)蒜香義大利麵、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)小米粥
	11/28	週五	(1)吐司	(1,2,3)玉米蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1)紅豆地瓜

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)

2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及4. 水果類等四大類食物。

3. 本園一律使用國產豬肉食材

4. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏，以利個別調整餐點。