

新北市板橋區江翠國民小學附設幼兒園 113 學年度第一學期 11 月餐點表

日期	星期	早點	午餐						下午點心	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	水果		全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬菜類	水果類
11/1	五	餛飩麵	小米飯	蔥燒雞腿塊	高湯蒸蛋	有機青菜	大白菜肉片湯	水果	水煮玉米	V	V	V	V
11/4	一	吐司+鮮奶	白米飯	蒸瓜仔肉	芹菜豆干絲	有機青菜	山藥紅棗湯	水果	時蔬肉羹湯	V	V	V	V
11/5	二	芝麻包	地瓜飯	紅燒魚片	菜脯蛋	有機青菜	芥菜排骨湯	水果	蒸燒賣	V	V	V	V
11/6	三	玉米雞茸粥	筍乾滷肉飯			有機青菜	蒜頭雞湯	水果	芋頭米粉湯	V	V	V	V
11/7	四	蒸地瓜+薏仁米漿	糙米飯	孜然洋蔥炒肉片	醬滷海帶結	有機青菜	酸辣湯	水果	煎蘿蔔糕	V	V	V	V
11/8	五	時蔬炒麵	胚芽飯	紅燒雞丁	三杯茄子	有機青菜	榨菜肉絲湯	水果	奶油餐包	V	V	V	V
11/11	一	麵包+優酪乳	白米飯	醬燒小排骨	炒木耳	有機青菜	薑絲蛤蜊湯	水果	水果大餐	V	V	V	V
11/12	二	蒸鍋貼	地瓜飯	豆豉蒸魚	金沙豆腐	有機青菜	紫菜蛋花湯	水果	奶黃包+麥茶	V	V	V	V
11/13	三	菜豆肉絲鹹粥	滑蛋雞肉燴飯			有機青菜	番茄豆腐湯	水果	味噌烏龍麵	V	V	V	V
11/14	四	饅頭+豆漿	紫米飯	糖醋豬里肌	豆皮白菜滷	有機青菜	仙草雞湯	水果	優格穀片	V	V	V	V
11/15	五	客家板條湯	小米飯	栗子燒雞	番茄炒蛋	有機青菜	青木瓜排骨湯	水果	香滷小豆干	V	V	V	V
11/18	一	吐司+燕麥奶	白米飯	芋頭燒肉	清炒水蓮	有機青菜	黃瓜魚丸湯	水果	玉米濃湯餃	V	V	V	V
11/19	二	鮮肉包	地瓜飯	味噌豆腐魚塊	青椒炒肉絲	有機青菜	雙色蘿蔔湯	水果	水煮毛豆	V	V	V	V
11/20	三	海苔肉鬆白粥	番茄肉醬螺絲麵			有機青菜	金針排骨湯	水果	關東煮	V	V	V	V
11/21	四	鮮奶麥片	糙米飯	蒼蠅頭	枸杞娃娃菜	有機青菜	老菜脯雞湯	水果	鍋燒麵疙瘩	V	V	V	V
11/22	五	家常炒米粉	小米飯	三杯雞	甜椒炒雪白菇	有機青菜	小白菜蛋花湯	水果	窩窩頭	V	V	V	V
11/25	一	麵包+優酪乳	白米飯	蘿蔔燉肉	香蒜四季豆	有機青菜	玉米海帶結湯	水果	水果大餐	V	V	V	V
11/26	二	豬肉餡餅	地瓜飯	土魷魚塊	醬滷油豆腐	有機青菜	黃豆芽紫菜湯	水果	茶葉蛋	V	V	V	V
11/27	三	翡翠吻仔魚粥	什錦炒麵			有機青菜	味噌豆腐湯	水果	時蔬冬粉湯	V	V	V	V
11/28	四	銀絲卷+黑豆漿	薏仁飯	蔥爆豬柳	塔香海茸	有機青菜	香菇雞湯	水果	紅豆湯小湯圓	V	V	V	V
11/29	五	雞絲麵	胚芽飯	香滷小雞腿	螞蟻上樹	有機青菜	大頭菜排骨湯	水果	起司吐司	V	V	V	V

※ 一律使用國產肉品，由純美農產有限公司採買，不使用輻射汙染食品。 ※ 麵包品項配合廠商供應彈性調整，以低油、糖、鹽為原則。

承辦人：吳承容

廚工：

朱真儀

簡淑華

園主任：

幼兒園教保員
兼主任 楊琳琪