

(本表只供參考，如因市場供需或採買因素更動時，不另通知。)

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期					11/1
早點					牛奶、蛋糕
午餐					肉絲蛋炒飯(絞肉、火腿、蛋、玉米、洋蔥、豆仁、紅蘿蔔) 味噌豆腐湯
午點					肉燥板條
日期	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8
早點	蔬菜麵	小饅頭	台式鹹粥	香菇雞絲河粉湯	翡翠吻魚粥
午餐	胚芽米飯 炒三絲 紅蘿蔔鮮炒蛋 時鮮青菜 黃豆芽湯	地瓜飯 三色炒蛋 梅干扣肉 時鮮青菜 榨菜肉絲湯	香菇肉燥麵 (絞肉、香菇) 青蔬蛋花湯	香Q白飯 蒸鮮蛋 紅燒肉 熱炒時蔬 白蘿蔔貢丸湯	什錦肉羹燴飯 (肉羹、筍絲、紅蘿蔔、木耳、金針菇、白蘿蔔、香菇)
午點	翡翠滑蛋粥	雞蛋雞絲麵	銀絲卷	黑糖地瓜湯	粿仔湯
日期	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15
早點	什錦鹹粥	豆奶+鮮奶饅頭	果醬三明治	麻油麵線	蔥酥米粉湯
午餐	香Q白飯 醬燒豆包 茄香素肉燥 時蔬青菜 青菜豆腐湯	胚芽米飯 馬鈴薯燒肉 洋蔥煎蛋 時鮮蔬菜 雙色蘿蔔排骨湯	日式烏龍麵 (香菇、魚板、紅蘿蔔、蔬菜、雞蛋、蛤仔、柴魚片)	地瓜飯 豆干炒小魚 黑胡椒豬柳 時蔬青菜 黃瓜魚丸湯	鮮肉水餃 酸辣湯
午點	紫米紅豆湯	通心麵濃湯	香菇肉粥	花生甜豆花	雞蛋瘦肉粥
日期	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22
早點	牛奶、玉米脆片	鮮味香菇肉粥	豆漿、小籠包	擔擔麵	蛋花肉燥麵線
午餐	地瓜飯 咕佬素肉 玉米滑蛋 時鮮青菜 薑絲冬瓜湯	胚芽米飯 銀魚炒蛋 醋溜丸子 時蔬青菜 味噌豆腐湯	肉絲炒麵 (肉絲、紅蘿蔔絲、木耳絲、香菇絲、洋蔥) 香菇金針湯	香Q白飯 豆腐燉肉 洋蔥炒蛋 熱炒時蔬 紫菜蛋花湯	香菇油飯 青菜小魚湯
午點	綠豆西米露	關東煮	韭菜餅	白蘿蔔鹹粥	蔬菜餛飩湯
日期	11/25	11/26	11/27	11/28	11/29
早點	陽春麵	牛奶、三明治	粉絲油豆腐湯	奶油餐包	蔬菜玉米濃湯
午餐	香Q白飯 紅蘿蔔炒蛋 芹菜炒豆乾 時鮮青菜 海帶味增湯	糙米飯 糖醋雞丁 三色油豆腐 時鮮蔬菜 香菇雞湯	酢醬拌麵 (絞肉、豆干、木耳、紅蘿蔔、洋蔥、小黃瓜) 絲瓜蛤蠣湯	香Q白飯 菜圃蛋 時鮮青菜 蜜汁燒肉 羅宋湯	香菇肉燥飯、燙青菜 玉米豆腐湯
午點	芋圓甜湯	白菜肉羹湯	香蔥餅	地瓜小米粥	榨菜肉絲麵

\* 本園所採用之青菜部分來自開心農場所種植的有機蔬菜(無農藥、無化學肥料)，請家長放心。(週一為蔬果日不供應肉類食品)

\* 本園一律使用國產豬，不供應牛肉。

\* 本園禽類採購自CAS食品廠電宰檢驗合格之肉品。

\* 每日下午提供新鮮時令現切水果。

## 營養 健康 衛生