及仁幼兒園115年11月餐點表

*讓您的寶貝營養均衡活力滿滿！健康新鮮當令蔬果、溫體豬、雞肉是及仁餐點的重要原則(只用梅花肉及三層肉)，絕不使用冷凍肉品。

*及仁堅持使用非基改無防腐劑的金蘭醬油。未使用主管機關公告之不合格油品。(用美食家產品)

*米、紅豆、黃豆都買台灣當地農產*一律使用國產豬肉非核產品。儘可能使用不加工食材。*不喝奶茶，也不吃餅乾。*兩天購買一次食材當日無新鮮食材會有小小變動，請能包容!每日新鮮水果

日期	星期	上午點心	中　　餐	下午點心	蛋白質	脂肪	醣類	熱量
2	一	味增拉麵	蒸蛋、炒吻仔魚、鮮時蔬、紫菜味增湯	豆香麥片	V	V	V	V
3	二	蛋香蔥花麵線	三色雞肉丁、時蔬、 蔬菜小魚湯	奶油玉米濃湯	V	V	V	V
4	三	小米雞肉粥	櫻花蝦瘦肉香菇..油飯、味增高麗菜湯	紫米桂圓粥	V	V	V	V
5	四	蚵仔麵線	吻仔魚炒蛋、時蔬、紅燒豆腐、肉絲金針湯	銀耳小米粥	V	V	V	V
6	五	洋芋濃湯	馬鈴薯魯肉、時蔬、味曾豆腐湯	芋頭椰奶西米露	V	V	V	V
9	一	大滷麵	蒸蛋、螞蟻上樹、鮮時蔬、紫菜味增湯	紅豆紫米粥	V	V	V	V
10	二	玉米滑蛋粥	打拋雞、時蔬、蔬菜小魚湯	素食酸辣湯	V	V	V	V
11	三	南瓜海鮮粥	肉絲蔬菜蛋炒飯、薏仁雞骨湯	綠豆仁燕麥粥	V	V	V	V
12	四	鮪魚粥	紅蘿蔔炒蛋、翡翠銀魚、時蔬、味增高麗菜湯	蚵仔麵線	V	V	V	V
13	五	海鮮粥	肉燥陽春麵、五香海帶	南瓜小米粥	V	V	V	V
16	一	蚵仔麵線	蒸蛋、炒吻仔魚、鮮時蔬、紫菜味增湯	豆香麥片	V	V	V	V
17	二	蛋香蔥花麵線	三色雞肉丁、時蔬、 蔬菜小魚湯	奶油玉米濃湯	V	V	V	V
18	三	小米雞肉粥	櫻花蝦瘦肉香菇..油飯、味增高麗菜湯	紫米桂圓粥	V	V	V	V
19	四	五穀養生肉粥	紅蘿蔔炒蛋、翡翠銀魚、時蔬、薏仁雞骨湯	蚵仔麵線	V	V	V	V
20	五	海鮮粥	麵輪魯肉、時蔬、紫菜蛋花	芋頭椰奶西米露	V	V	V	V
23	一	小米雞肉粥	蒸蛋、螞蟻上樹、時蔬、味增紫菜湯	銀耳小米粥	V	V	V	V
24	二	玉米滑蛋粥	打拋雞、時蔬、高麗菜小魚湯	素食酸辣湯	V	V	V	V
25	三	鮪魚粥	咖哩燴飯	玉米濃湯	V	V	V	V
26	四	五穀養生肉粥	紅蘿蔔炒蛋、翡翠銀魚、時蔬、薏仁雞骨湯	蚵仔麵線	V	V	V	V
27	五	洋芋濃湯	麵輪魯肉、時蔬、紫菜蛋花	芋頭椰奶西米露	V	V	V	V
30	一	大滷麵	蒸蛋、螞蟻上樹、鮮時蔬、紫菜味增湯	紅豆紫米粥	V	V	V	V