基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園114學年度上學期

11月份　　幼兒餐點單

*本校附幼餐點一律使用國產肉品食材

日期	星期	上午點心 9：30	下午點心 2：30	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜水果類	奶類
3	一	海鮮烏龍麵	水果+保久乳	○	○	○	○
4	二	黑糖老薑地瓜湯	水果+優酪乳	○		○	○
5	三	蔥蛋抓餅+米豆漿	水果+保久乳	○	○	○	○
6	四	吻仔魚紅蘿蔔糙米粥	水果+養生茶	○	○	○	
7	五	雕魚味增豆腐湯	水果+優酪乳		○	○	○
10	一	鮮奶+玉米穀片葡萄乾	水果+保久乳	○		○	○
11	二	山藥菇鷄腿湯	水果+優酪乳	○	○	○	○
12	三	高麗菜水餃+豆漿	水果+保久乳	○	○	○	○
13	四	麻油雞腿麵線	水果+養生茶	○	○	○	
14	五	清蒸比目魚	水果+優酪乳		○	○	○
17	一	紅豆紫米湯+鮮奶	水果+保久乳	○		○	○
18	二	南瓜鷄腿湯	水果+優酪乳	○	○	○	○
19	三	鮪魚起司蛋餅+米豆漿	水果+保久乳	○	○	○	○
20	四	蛋花蔬菜菇菇粥	水果+養生茶	○	○	○	○
21	五	蕃茄蛤蠣鮮蔬麵	水果+優酪乳	○	○	○	○
24	一	香菇玉米魚片粥	水果+保久乳	○	○	○	○
25	二	蓮藕鷄腿湯	水果+優酪乳	○	○	○	○
26	三	蘿蔔糕+米豆漿	水果+保久乳	○	○	○	○
27	四	綠豆芋圓鮮奶	水果+養生茶	○	○	○	○
28	五	起司蛋三明治	水果+優酪乳	○	○	○	○

承辦人：　　園主任：　　健康中心：　　校長：

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園114學年度上學期
十一月份　　餐點材料明細單(20人)

- 本園餐點設計原則：

1. 餐點設計配合四季節氣，以營養均衡、維護健康、提升身體素質為原則，以當季原型食材為優先，以自製為主，並留意當學年幼兒個別飲食禁忌。
2. 上午以養生甜湯、暖身煲湯、麵食、粥品或米食、中式單品均分；下午以當季水果+健康飲品為主，健康飲品包含牛乳、優酪乳、米豆漿、健康養生茶飲。
3. 肉類以雞肉、海鮮為主，豬肉另驗萊劑(因應非洲豬瘟防疫，11月暫時停止豬肉訂購)。
4. 米類以白米、糙米、多穀米、紫米、小米均衡搭配。

- 本園幼生過敏源食物：C10-堅果類(含芝麻、花生等)，供餐時請留意飲食調整。

紅字:訂購、(黑字):自購/存貨				
日期	星期	上午點心9：30	食材品項	下午點心2：30
3	一	海鮮烏龍麵	水果1種 (明蝦、烏龍麵、洋蔥、木耳、香菇、白菜)	水果+保久乳
4	二	黑糖老薑地瓜湯	地瓜5條、薑0.6公斤(不要冰過)、水果1種	水果+優酪乳
5	三	蔥蛋抓餅+米豆漿	蛋2盒或20顆、蔥0.3公斤 (抓餅)	水果+保久乳
6	四	吻仔魚紅蘿蔔糙米粥	紅蘿蔔3條、吻仔魚0.3公斤、水果1種	水果+養生茶
7	五	雕魚味增豆腐湯	雕魚片2包 (味增、板豆腐)	水果+優酪乳
10	一	鮮奶+玉米片葡萄乾	水果1種 (鮮奶、麥片)	水果+保久乳
11	二	山藥菇雞腿湯	去骨雞腿3隻、鴻禧菇小2盒、水果1種 (山藥)	水果+優酪乳
12	三	高麗菜水餃+米豆漿	(高麗菜水餃)	水果+保久乳
13	四	麻油雞腿麵線	杏鮑菇0.3公斤、高麗菜1個、去骨雞腿3隻、水果1種 (薑、麵線)	水果+養生茶
14	五	清蒸比目魚	比目魚3片、板豆腐3盒、蔥0.2公斤	水果+優酪乳
17	一	紅豆紫米湯	水果1種 (紅豆、紫米、鮮奶)	水果+保久乳

18	二	南瓜鷄腿湯	洋蔥 2 顆、南瓜 2 顆、去骨鷄腿 2 隻、水果 1 種	水果+優酪乳
19	三	鮪魚起司蛋餅+米豆漿	蛋 3 盒或 30 顆 (鮪魚、起司)	水果+保久乳
20	四	蛋花蔬菜菇菇粥	高麗菜 1 個、鴻禧菇 2 盒、水果 1 種 (蛋)	水果+養生茶
21	五	蕃茄蛤蠣蔬菜麵	洋蔥 2 顆、去骨鷄腿 2 隻、番茄 4 顆、蛤蠣 0.2 公斤、木耳 0.2 公斤	水果+優酪乳
24	一	香菇玉米鮭魚粥	水果 1 種 (乾香菇、玉米粒、鮭魚片)	水果+保久乳
25	二	蓮藕鷄腿湯	去骨雞腿 2 支、水果 1 種 (蓮藕、高麗菜)	水果+優酪乳
26	三	蘿蔔糕+米豆漿	蘿蔔糕 3 條	水果+保久乳
27	四	綠豆芋圓鮮奶	水果 1 種 (綠豆、芋圓、鮮奶)	水果+養生茶
28	五	起司蛋三明治	蛋 20 個 (去邊吐司、起司片)	水果+優酪乳