

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度上學期

十一月份 幼兒點心單

*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
1	五	桂圓紅棗銀耳粥	水果+養生茶
2/3	六/日		
4	一	牛奶堅果玉米片	水果+優酪乳
5	二	山藥蒜香雞湯	水果+保久乳
6	三	豆皮紫米壽司+現煮豆漿	水果+100%果汁
7	四	絲瓜枸杞干貝麵線	水果+保久乳
8	五	滑蛋菇菇糙米粥	水果+保久乳
9/10	六/日		
11	一	綠豆薏仁牛奶	水果+優酪乳
12	二	南瓜雞腿湯	水果+保久乳
13	三	大燒賣+現煮豆漿	水果+100%果汁
14	四	海鮮烏龍麵	水果+保久乳
15	五	玉米雞肉絲十穀米粥	水果+保久乳
16/17	六/日		
18	一	黑糖地瓜薑湯	水果+優酪乳
19	二	四神豬肚湯	水果+保久乳
20	三	鮪魚煎蛋+現煮豆漿	水果+100%果汁
21	四	餛飩湯	水果+保久乳
22	五	南瓜蝦仁小米粥	水果+保久乳
23/24	六/日		
25	一	紅豆紫米湯	水果+優酪乳
26	二	麻油猴頭菇雞湯	水果+保久乳
27	三	清蒸枸杞圓鱈+現煮豆漿	水果+100%果汁
28	四	鮮蝦什錦湯麵	水果+保久乳
29	五	秋葵炒飯	水果+保久乳
30/1	六/日		
2	一	銀耳枸杞薏仁湯	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 113 學年度上學期

十一月份 餐點材料明細單(18 人)

- 上午以養生甜湯、暖身煲湯、蛋、魚、中式麵食、粥品或米食均分，下午以水果+健康飲品為主
- 肉類以雞肉、海鮮為主，豬肉另驗菜劑
- 米以白米、糙米、多穀米、紫米、小米均衡搭配
- 週一水果優酪乳自訂(以午餐水果不易出現的種類為主)、週三搭配學校現煮豆漿、週二~五午餐水果飲品留用

日期	星期	上午點心 9:30	下午點心 2:30	食材明細
1	五	桂圓紅棗銀耳粥	水果+養生茶	桂圓/紅棗/銀耳/冰糖 水果/養生茶
4	一	牛奶堅果玉米片	水果+優酪乳	牛奶/綜合堅果/原味玉米片/葡萄乾/蔓越乾/水果/優酪乳
5	二	山藥蒜香雞湯	水果+保久乳	山藥 1 支、大雞腿 1 支、高麗菜半顆 蒜數顆/高麗菜適量/水果/保久乳
6	三	豆皮紫米壽司+ 現煮豆漿	水果+100%果汁	壽司豆皮 60 個 紫米/豆漿/水果/100%果汁
7	四	絲瓜枸杞干貝麵 線	水果+保久乳	絲瓜 1 顆、干貝 20 顆、老薑 1 大支 高麗菜適量/枸杞/麵線/老薑切片少許/ 水果/保久乳
8	五	滑蛋菇菇糙米粥	水果+保久乳	雞蛋 4 顆、糙米 1 包 高麗菜適量/白米糙米適量/水果/保久乳
11	一	綠豆薏仁牛奶	水果+優酪乳	水果-脆柿 6 顆 綠豆/洋薏仁/牛奶/優酪乳
12	二	南瓜雞腿湯	水果+保久乳	大雞腿 1 支 南瓜/老薑切片少許/水果/保久乳
13	三	大燒賣+現煮豆漿	水果+100%果汁	大燒賣 30 顆 豆漿/水果/100%果汁
14	四	海鮮烏龍麵	水果+保久乳	鯛魚片 2 片、白蝦 20 隻、中卷 1 支、 娃娃菜 3 顆、烏龍麵半斤 老薑切片少許/水果/保久乳
15	五	玉米雞肉絲十穀 米粥	水果+保久乳	雞胸肉 1 片 玉米粒、白米、十穀米適量、
18	一	黑糖地瓜薑湯	水果+優酪乳	紅地瓜 3 大條、水果-葡萄 2 串 黑糖/老薑切片少許/水果/優酪乳
19	二	四神豬肚湯	水果+保久乳	四神 1 包(山藥/茯苓/芡實/蓮子)、豬

				肚 1 副 豬肚驗菜劑/水果/保久乳
20	三	鮪魚煎蛋+現煮 豆漿	水果+100%果汁	雞蛋 10 顆 鮪魚/豆漿/水果/100%果汁
21	四	餛飩湯	水果+保久乳	小餛飩 60 顆、榨菜 1 包、雞蛋 4 顆 紫菜適量/水果/保久乳
22	五	南瓜蝦仁小米粥	水果+保久乳	白蝦 30 隻、小米 1 包 南瓜/老薑切片適量/水果/保久乳
25	一	紅豆紫米湯	水果+優酪乳	水果-香蕉 20 條 紅豆/紫米/優酪乳
26	二	麻油猴頭菇雞湯	水果+保久乳	猴頭菇 1 包、大雞腿 1 隻、高麗菜半顆 黑麻油/水果/保久乳
27	三	清蒸枸杞圓鱈+ 現煮豆漿	水果+100%果汁	圓鱈 12 片 枸杞/老薑切片少許/豆漿/水果/果汁
28	四	鮮蝦什錦湯麵	水果+保久乳	黑木耳 3 大朵、厚吉古拉 3 條、紅蘿蔔 1 小條、金針菇 1 小包、白蝦 20 隻 高麗菜適量/水果/保久乳
29	五	秋葵玉米筍炒飯	水果+保久乳	秋葵 10 支、小玉米筍 10 支、雞蛋 4 顆 白米飯/水果/保久乳
2	一	銀耳枸杞薏仁湯	水果+優酪乳	水果-金黃奇異果 20 顆 銀耳/枸杞/洋薏仁/優酪乳