

# 宜蘭縣私立康寶爾幼兒園



## ☺☺☺ 113年11月份餐點表 ☺☺☺

| 日期 | 星期 | 早上點心   | 午餐                        | 下午點心  |
|----|----|--------|---------------------------|-------|
| 1  | 五  | 什錦冬粉   | 地瓜飯，洋蔥丸子，滷油豆腐，青菜，蛤蜊湯，水果   | 燕麥粥   |
| 4  | 一  | 玉米濃湯   | 炒麵，青菜，紫菜湯，水果              | 粉圓    |
| 5  | 二  | 蘿蔔糕湯   | 小米飯，五香肉絲，煎蛋，青菜，鮮菇湯，水果     | 米粉湯   |
| 6  | 三  | 香菇粥    | 紫米飯，雙色雞丁，滷麵圈，青菜，排骨湯，水果    | 銀耳湯   |
| 7  | 四  | 陽春麵    | 糙米飯，杏包菇炒肉片，炒干絲，青菜，黃瓜湯，水果  | 麵疙瘩   |
| 8  | 五  | 蔬菜麵線   | 五穀飯，馬鈴薯肉片，炒甜不辣，青菜，蜆湯，水果   | 鹹粥    |
| 11 | 一  | 紅麵線    | 火腿炒飯，青菜，蛋花湯，水果            | 綠豆湯   |
| 12 | 二  | 芋頭糕湯   | 糙米飯，滑蛋肉片，炒麵腸，青菜，蘿蔔湯，水果    | 湯餃    |
| 13 | 三  | 肉絲粥    | 小米飯，鳳梨雞丁，滷海帶，青菜，酸辣湯，水果    | 芋頭米粉  |
| 14 | 四  | 拉麵     | 五穀飯，肉羹，青菜，水果              | 椰奶西谷米 |
| 15 | 五  | 什錦冬粉   | 地瓜飯，洋蔥炒肉絲，什錦菇，青菜，玉米湯，水果   | 桂圓粥   |
| 18 | 一  | 洋芋濃湯   | 什錦燴飯，青菜，紫菜湯，水果            | 紅豆湯   |
| 19 | 二  | 河粉湯    | 糙米飯，碎肉豆干丁，木耳三絲，青菜，馬鈴薯湯，水果 | 米粉羹   |
| 20 | 三  | 小魚粥    | 紫米飯，雞塊，蒸蛋，青菜，枸杞鮮菇湯，水果     | 地瓜湯   |
| 21 | 四  | 油豆腐細粉  | 糙米飯，玉米肉丁，炒豆干，青菜，薑絲蛤蜊湯，水果  | 大滷麵   |
| 22 | 五  | 切仔麵    | 小米飯，金針菇炒肉絲，蔥蛋，青菜，味噌湯，水果   | 芋頭粥   |
| 25 | 一  | 紅麵線    | 咖哩燴飯，青菜，海帶芽湯，水果           | 綠豆薏仁  |
| 26 | 二  | 什錦蘿蔔糕湯 | 糙米飯，青椒炒肉絲，薑絲炒麵腸，青菜，莧菜湯，水果 | 什錦麵   |
| 27 | 三  | 地瓜粥    | 五穀飯，小黃瓜炒雞丁，炒冬粉，青菜，鮮菇湯，水果  | 枸杞木耳湯 |
| 28 | 四  | 鮮蔬麵線   | 小米飯，秀珍菇炒肉絲，芹菜豆包，青菜，苦瓜湯，水果 | 什錦麵疙瘩 |
| 29 | 五  | 肉絲冬粉   | 紫米飯，滷肉，煎蛋，青菜，薑絲蜆湯，水果      | 小米粥   |

本園內餐點之生鮮豬肉原產地為台灣

營養諮詢:員山榮民醫院營養室

實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略為調整