

臺北市星雲非營利幼兒園110年11月餐點表

日期	星期	上午點心	菜單					下午點心
			飯類	主菜	副菜一	副菜二	湯品	
11月1日	一	時令水果	白飯	蠔油醬雞	洋蔥炒蛋	炒時蔬	菜頭湯	香味肉包
11月2日	二	時令水果	糙米飯	蔥燒魚	番茄豆腐	炒時蔬	薏仁湯	蔬菜粥
11月3日	三	時令水果	五穀米飯	蘋果雞丁	醬炒麵腸	炒時蔬	冬瓜排骨湯	地瓜
11月4日	四	時令水果	小米飯	蘿蔔燉肉	彩椒鮮菇	炒時蔬	味噌豆腐湯	雞絲麵
11月5日	五	時令水果	蔬食咖哩燴飯				海帶玉米湯	綠豆湯
週休二日								
11月8日	一	時令水果	白飯	蒲燒鰻魚	燴四色	炒時蔬	青菜蛋花湯	美味吐司
11月9日	二	時令水果	糙米飯	蔥燒雞腿	開陽黃瓜	炒時蔬	海帶湯	玉米
11月10日	三	時令水果	小米飯	和風醬魚丁	奶油洋芋	炒時蔬	黃瓜肉片湯	鹹粥
11月11日	四	時令水果	黑米飯	橙汁雞片	黃瓜金針	炒時蔬	味噌湯	榨菜肉絲麵
11月12日	五	時令水果	蔬食炒麵				玉米濃湯	茶葉蛋
週休二日								
1月15日	一	時令水果	白飯	義式多利魚	芙蓉蒸蛋	炒時蔬	蔬食湯	桂圓八寶粥
1月16日	二	時令水果	糙米飯	四季豆炒雞片	紅燒冬瓜	炒時蔬	蘿蔔玉米湯	什錦麵
1月17日	三	時令水果	白飯	魯肉飯	紅蘿蔔蛋	炒時蔬	山藥枸杞湯	馬鈴薯
1月18日	四	時令水果	五穀米飯	塔香小雞腿	蒜香甜不辣	時令蔬菜	蓮藕排骨湯	鮮奶饅頭
1月19日	五	時令水果	蔬食炒麵				羅宋湯	蔬食粥
週休二日								
11月22日	一	時令水果	白飯	味噌排骨	炒馬鈴薯	炒時蔬	紫菜蛋花湯	紅豆包
11月23日	二	時令水果	薏仁飯	五香雞翅	紅蘿蔔炒蛋	炒時蔬	青菜豆腐湯	古早味麵線
11月24日	三	時令水果	糙米飯	豆鼓蒸魚	西芹豆包	炒時蔬	白蘿蔔湯	肉末粥
11月25日	四	時令水果	黑米飯	洋蔥雞丁	螞蟻上樹	炒時蔬	海帶吻仔魚湯	玉米
11月26日	五	時令水果	蔬菜義大利麵				洋芋濃湯	紫米地瓜粥
週休二日								
1月29日	一	時令水果	白飯	滑蛋肉片	咖哩冬粉	炒時蔬	紅白蘿蔔湯	三明治
1月30日	二	時令水果	薏仁飯	照燒雞腿丁	蔬菜炒蛋	炒時蔬	什錦菇湯	米粉湯

備註：

1. 響應國家節能減碳愛地球，每週一為無肉蔬食日。
2. 配合時令季節及臨時偶發事件，餐點將視情況調整，不另行通知，敬請見諒！
3. 少油少鹽少油炸，以蒸煮燉滷為主，本園使用國產豬牛。

製表人： 陳寶雲/洪美珠

園長：