

# 111年福林附幼 月份餐點表

日期		早點	午餐					午點	
11/1	二	田園蔬菜粥	胚芽米	洋芋燉肉	塔香海蜆	水蓮	abc營養湯	芭樂	仙草蜜
11/2	三	小兔包+光泉豆漿	燕麥飯	涼拌雞絲	黃瓜炒花枝丸	空心菜	榨菜肉絲湯	火龍果	吻魚瘦肉粥
11/3	四	肉羹麵線	小米飯	柳葉魚條	紅燒芙蓉豆腐	青花椰	南瓜濃湯	香瓜	青菜餛飩湯
11/4	五	咖哩丸子湯	特餐:日式炒烏龍+可樂餅+高麗菜+豆腐蛋花湯					香蕉	紅豆薏仁湯
11/7	一	生日蛋糕+光泉鮮乳	有機米	橙汁里肌	玉米炒蛋	水耕a菜	蘿蔔雞湯	蘋果	肉絲炒板條
11/8	二	滑蛋瘦肉粥	胚芽米	紅燒鯛魚	四季豆炒肉絲	空心菜	黃瓜雞湯	芭樂	雙色芋圓湯
11/9	三	鮮奶小饅頭+光泉米漿	燕麥飯	宮保雞丁	麻婆豆腐	大白菜	洋芋排骨湯	甜柿	魚餃冬粉湯
11/10	四	香菇雞麵	紫米飯	醬燒豬柳	紅燒冬瓜	青花椰	海芽豆腐湯	哈密瓜	香煎蘿蔔糕+紅棗枸杞湯
11/11	五	燒賣+香蔥蛋花湯	特餐:肉絲蛋炒飯+紅燒獅子頭+高麗菜+番茄濃湯					香蕉	高纖地瓜湯
11/14	一	大理石麵包+光泉鮮乳	有機米	香菇肉燥	芹香甜不辣	水耕a菜	肉骨茶湯	蘋果	米苔目湯
11/15	二	清粥小菜	胚芽米	檸檬魚片	玉米炒雞絨	水蓮	紫菜蛋花湯	芭樂	檸檬愛玉湯
11/16	三	小肉包+光泉豆漿	燕麥飯	黃瓜雞丁	香煎豆腐	大白菜	肉羹湯	火龍果	鮭魚粥
11/17	四	乾拌麵	小米飯	咖哩豬肉	日式蒸蛋	青花椰	味噌小魚豆腐湯	香瓜	雞蛋小饅頭+光泉優酪乳
11/18	五	水煮玉米+光泉豆漿	特餐:炸醬麵+蜜汁滷肉+高麗菜+番茄蛋花湯					香蕉	黑糖粉圓湯
11/19	六	福 林 運 動 會 餐 盒							
11/21	一	福 林 體 表 會 補 假							
11/22	二	可頌+光泉優酪乳	胚芽米	麻油雞	番茄炒蛋	空心菜	黃瓜排骨湯	芭樂	香菇竹筍粥
11/23	三	水餃+香蔥蛋花湯	燕麥飯	香嫩豬排	塔香油豆腐	大白菜	香菇雞湯	極柑	咖哩炒米粉
11/24	四	鮮蔬炒麵	紫米飯	清蒸多利魚	醬燒海帶絲	青花椰	酸辣湯	哈密瓜	滷蛋+麥茶
11/25	五	蒸地瓜+光泉米漿	特餐:茄汁蛋炒飯+海結鵪蛋豆干+高麗菜+玉米濃湯					香蕉	冬瓜西米露
11/28	一	黑糖小饅頭+光泉鮮乳	有機米	海帶結燒肉	涼拌干絲	青江菜	冬瓜雞湯	蘋果	玉米雞肉粥
11/29	二	關東煮	有機米	照燒豬肉	螞蟻上樹	水耕a菜	玉米海結湯	芭樂	綠豆薏仁湯

11月



※以上餐點如有食材調配問題,會依當下狀況進行更動,感謝家長們體諒^^。

※配合政府推廣有機食品,將於每週星期一提供有機米食用,感謝!

※肉品來源皆有保證,雞肉皆有防檢局合格標章,豬肉來源為新北市肉品市場,敬請家長安心,!

