

# 112年福林附幼 月份餐點表 公告版

| 日期    |   | 早點            | 午餐                      |       |        |      |         | 午點  |            |
|-------|---|---------------|-------------------------|-------|--------|------|---------|-----|------------|
| 11/1  | 三 | 蒸地瓜+光泉鮮乳      | 燕麥飯                     | 鮮蔬雞丁  | 塔香海絨   | 大白菜  | abc營養湯  | 火龍果 | 青菜餛飩湯      |
| 11/2  | 四 | 乾拌麵           | 紫米飯                     | 蘿蔔燒肉  | 四季豆炒肉絲 | 青花椰  | 榨菜肉絲湯   | 芭樂  | 馬來糕+光泉豆漿   |
| 11/3  | 五 | 田園蔬菜粥         | 特餐:日式炒烏龍+蜜汁雞腿+高麗菜+豆腐蛋花湯 |       |        |      |         | 香蕉  | 綠豆薏仁湯      |
| 11/6  | 一 | 生日蛋糕+光泉鮮乳     | 有機米                     | 香菇肉燥  | 黃瓜炒玉米筍 | 水耕a菜 | 洋芋排骨湯   | 蘋果  | 絲瓜麵線       |
| 11/7  | 二 | 鮮蔬炒麵          | 胚芽米                     | 紅燒鯛魚  | 香蔥炒蛋   | 青江菜  | 蘿蔔雞湯    | 芭樂  | 吻魚瘦肉粥      |
| 11/8  | 三 | 水煮玉米+光泉鮮乳     | 燕麥飯                     | 黃瓜雞丁  | 麻婆豆腐   | 大白菜  | 香菇排骨湯   | 甜柿  | 高纖地瓜湯      |
| 11/9  | 四 | 雞絲麵           | 紫米飯                     | 醬燒豬柳  | 塔香菇菇   | 青花椰  | 紫菜蛋花湯   | 芭樂  | 炒米苔目(乾)    |
| 11/10 | 五 | 番茄營養粥         | 特餐:肉絲蛋炒飯+海結滷豆干+高麗菜+南瓜濃湯 |       |        |      |         | 香蕉  | 雞蛋小饅頭+光泉豆漿 |
| 11/13 | 一 | 鮮奶饅頭+光泉鮮乳     | 有機米                     | 洋芋燉肉  | 香煎豆腐   | 水耕a菜 | 玉筍鮮菇湯   | 蘋果  | 炒米粉        |
| 11/14 | 二 | 清麵線           | 胚芽米                     | 香煎多利魚 | 玉米炒蛋   | 空心菜  | 黃瓜排骨湯   | 芭樂  | 滷蛋+光泉豆漿    |
| 11/15 | 三 | 蒸地瓜+光泉鮮乳      | 燕麥飯                     | 番茄雞丁  | 三杯杏鮑菇  | 青江菜  | 玉米海結湯   | 火龍果 | 鮭魚粥        |
| 11/16 | 四 | 蘿蔔糕湯          | 小米飯                     | 橙汁里肌  | 醬燒海帶絲  | 青花椰  | 山藥雞湯    | 芭樂  | 通心粉濃湯      |
| 11/17 | 五 | 滑蛋瘦肉粥         | 特餐:炸醬麵+蜜汁雞腿+高麗菜+洋芋濃湯    |       |        |      |         | 香蕉  | 仙草蜜        |
| 11/18 | 六 | 福 林 運 動 會 餐 盒 |                         |       |        |      |         |     |            |
| 11/20 | 一 | 福 林 體 表 會 補 假 |                         |       |        |      |         |     |            |
| 11/21 | 二 | 葡萄乾吐司+光泉鮮乳    | 胚芽米                     | 糖醋魚   | 塔香油豆腐  | 水耕a菜 | 香菇雞湯    | 芭樂  | 香菇竹筍粥      |
| 11/22 | 三 | 陽春麵           | 燕麥飯                     | 宮保雞丁  | 紅燒冬瓜   | 地瓜葉  | 蘿蔔排骨湯   | 蘋果  | 銀絲卷+光泉豆漿   |
| 11/23 | 四 | 水煮玉米+光泉鮮乳     | 紫米飯                     | 香嫩豬排  | 番茄炒蛋   | 青花椰  | 香蔥蛋花湯   | 香蕉  | 米苔目湯       |
| 11/24 | 五 | 玉米雞絨粥         | 特餐:茄汁蛋炒飯+蜜汁滷肉+高麗菜+玉米濃湯  |       |        |      |         | 甜柿  | 紅豆薏仁湯      |
| 11/27 | 一 | 黑糖小饅頭+光泉鮮乳    | 有機米                     | 海帶結燒肉 | 茄汁豆腐   | 水耕a菜 | 黃瓜雞湯    | 蘋果  | 炒板條        |
| 11/28 | 二 | 關東煮           | 胚芽米                     | 清蒸多利魚 | 螞蟻上樹   | 空心菜  | 山藥排骨湯   | 芭樂  | 竹筍瘦肉粥      |
| 11/29 | 三 | 蒸地瓜+光泉鮮乳      | 小米飯                     | 照燒豬肉  | 玉米炒雞絨  | 大白菜  | 海芽蛋花湯   | 火龍果 | 滷蛋+光泉豆漿    |
| 11/30 | 四 | 清粥小菜          | 燕麥飯                     | 咖哩雞肉  | 日式蒸蛋   | 青花椰  | 味噌豆腐小魚湯 | 芭樂  | 香菇雞麵       |

# 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,!



