嘉義縣私立麥米羅幼兒園 115 年 11 月 份 餐 點 表

日期	星期	上午點心	午　餐	下午點心	自我檢核
11/1	日	例假日			
11/2	一	蔬菜拉麵	白飯、脆瓜仔肉燥、青菜、洋蔥炒蛋 海帶味噌湯、水果	綠豆薏仁湯	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/3	二	雞蛋饅頭、牛奶	水餃、蘑菇南瓜濃湯、水果	肉燥米粉湯	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/4	三	菇菇肉末粥	白飯、洋芋絞肉、螞蟻上樹 青菜、魚丸湯、水果	雞蛋布丁	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/5	四	小籠包、牛奶	三鮮炒麵、燴鴿蛋、菇菇豆腐湯、水果	香芋鹹粥	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/6	五	什錦湯麵	咖哩豬肉燴飯、紫菜蛋花湯、水果	八寶粥	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/7	六	例假日			
11/8	日				
11/9	一	紫菜玉米蛋花湯	白飯、蒸瓜仔肉、韭菜甜不辣、青菜 香菇雞湯、水果	魚板烏龍麵	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/10	二	奶油麵包、牛奶	肉燥拌麵、海帶芽大骨湯 水果	黃金西米露	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/11	三	雞蓉玉米粥	白飯、紅燒魚片、田園三色、青菜 菇菇湯、水果	香Q粉圓	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/12	四	草莓吐司、牛奶	香菇肉羹麵、水果	滑蛋雞茸粥	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/13	五	南瓜鹹粥	究好豬魯肉飯、青菜、洋蔥豆腐味噌湯 水果	蔬菜麵線羹	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/14	六	例假日			
11/15	日				
11/16	一	番茄蛋花湯麵	白飯、冬瓜紅燒肉、枸杞蒸蛋、青菜 蜆仔薑絲湯、水果	鮮肉米粉湯	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/17	二	葡萄吐司、牛奶	茄汁肉醬義大利麵、玉米濃湯、水果	紫菜湯餃	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/18	三	蔬菜意麵	白飯、紅燒豆腐、蔥花炒蛋 青菜、大黃瓜排骨湯	紅豆西米露	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/19	四	奶皇包、牛奶	蠔油香菇雞飯、青菜、白玉丸子湯 水果	白菜餛飩麵	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/20	五	絲瓜麵線	白飯、香芋紅燒肉、炒三絲 青菜、蒜香雞湯、水果	韭香蘿蔔糕湯	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/21	六	例假日			
11/22	日				
11/23	一	香菇鹹粥	白飯、筍乾扣肉、炒黑輪、青菜 高麗菜蛋花湯、水果	蔬菜麵線	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/24	二	奶油麵包、牛奶	肉絲黃金炒飯、紫菜豆腐湯、水果	皮蛋瘦肉粥	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/25	三	青菜鮮菇冬粉	白飯、蔥燒豬肉片、滷豆干 青菜、文蛤湯、水果	仙草蜜	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/26	四	玉米脆片、牛奶	魚片粥、魯貢丸、水果	麻油香菇麵	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/27	五	蛋花雞絲麵	白飯、香菇絞肉、紅蘿蔔絲蒸蛋 青菜、薑絲冬瓜湯、水果	翡翠銀魚粥	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果
11/28	六	例假日			
11/29	日				
11/30	一	鍋燒意麵	和風雞絲飯、青菜、海帶味噌湯、水果	鮮蔬豆腐羹	☑全穀根莖類 ☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類 ☑水果

●本餐點表蔬菜，水果以當季農產為主，清湯品皆以究好豬大骨熬製.

●本餐點表會依節慶時令適度更動餐點內容.

●究好豬（大骨）祥圃實業股份有限公司\良作工場農業文創館-雲林縣大埤鄉豐田路 57 號

●麵包（奶油）豬小妹手感烘焙窩-民雄鄉保生街 278 號

學校餐點全面使用國產豬肉