

青草湖國小附設幼兒園部11月菜單									
日期	星期	早點	午餐					水果	午點
			主食	主菜	副菜一	副菜三	湯		
11月1日	一	肉絲炒米苔目 米苔目、豆芽菜、生木耳、肉絲、紅蘿蔔	芝麻飯	肉骨茶燜肉 肉骨茶包、肉角、白蘿蔔、金針菇	小瓜炒蛋 小黃瓜、洗選蛋	應青	什錦冬粉湯 冬粉、高麗菜、紅蘿蔔		水果+水煮玉米*1
11月2日	二	小米瘦肉粥 小米、小白菜、絞肉、紅蘿蔔	五穀飯	海結燒雞 海帶結、帶骨胸丁	木須白花 白花菜、生木耳、紅蘿蔔	應青	洋芋排骨湯 洋芋、排骨		水果+綠豆地瓜湯 綠豆、地瓜
11月3日	三	當歸麵線湯 蚵麵線、當歸、大白菜、生豆包、金針菇	菇菇豆腐蓋飯+炒青菜+紅棗青木瓜湯 豆腐、鮑菇、洗選蛋、金針菇、高麗菜、洋蔥+應青+青木瓜、紅棗					水果	鹹奶油餐包+鮮乳
11月4日	四	慶生蛋糕	糙米飯	干片肉絲 豆干片、涼薯、肉絲	彩繪蒲瓜 蒲瓜、玉米筍、紅蘿蔔	應青	青菜蛋花湯 小白菜、洗選蛋		水果+黑糖小饅頭*1
11月5日	五	香菇雞湯 生香菇、帶骨胸丁、白蘿蔔、凍豆腐	茄汁螺旋麵+麥克雞塊+應青+玉米濃湯 螺旋麵、絞肉、三色丁、洋蔥、青花菜、蕃茄醬+麥克雞塊*2+應青+玉米粒、奶水、洋芋、洗選蛋					水果	肉包+鮮乳
11月8日	一	米粉湯 乾粗米粉、肉絲、小白菜、芹菜、生香菇	小米飯	冬瓜燒雞 冬瓜、帶骨胸丁、紅蘿蔔	金菇蒸蛋 金針菇、洗選蛋	應青	如意豆包湯 生豆包、黃豆芽		水果+小籠湯包*2
11月9日	二	日式關東煮 柴魚片、白蘿蔔、油豆腐、黑輪、米血	紫米飯	雙薯燒肉 肉片、地瓜、馬鈴薯	海帶干絲 干絲、紅蘿蔔、海帶絲	應青	海芽鮑菇湯 乾海芽、鮑菇		水果+珍珠豆花 盒裝豆花、珍珠圓
11月10日	三	鮮菇雞蛋粥 鮑菇、洗選蛋、青花菜	炸醬麵+炒青菜+牛蒡玉米結湯 白油麵、洋蔥、毛豆仁、香菇、豆干丁、胡蘿蔔、甜麵醬+青菜+牛蒡、玉米結					水果	奶酥麵包+鮮乳
11月11日	四	銅鑼燒+冬瓜茶	糙米飯	蔥爆雞丁 帶骨胸丁、洋蔥、蔥	魚香茄子 茄子、碎干丁	應青	白菜三絲湯 大白菜、木耳、肉絲		水果+香蒸蘿蔔糕*1
11月12日	五	時蔬炒麵 黃油麵、肉絲、高麗菜、紅蘿蔔、生木耳	南瓜炊飯+味噌燒雞排+應青+胡瓜大骨湯 南瓜、肉絲、生香菇、洋蔥+生鮮雞排、味噌+應青+大黃瓜、大骨					水果	奶黃包+鮮乳
11月15日	一	貢丸海芽湯 貢丸*2、乾海芽	海苔飯	雙色雞丁 帶骨胸丁、毛豆、玉米粒	涼薯炒蛋 涼薯、洗選蛋	應青	枸杞冬瓜湯 冬瓜、枸杞		水果+燒賣*2
11月16日	二	金菇烏龍湯麵 烏龍麵、金針菇、青菜、肉片	糙米飯	芽菜炒肉絲 綠豆芽、肉絲、韭菜	白菜滷 大白菜、生香菇、紅蘿蔔	應青	白玉秀姑湯 白蘿蔔、秀珍菇		水果+紅豆薏仁湯 紅豆、薏仁
11月17日	三	饅頭夾蛋	酸辣湯麵+應青+滷蛋*1 白油麵、素肉絲、豆腐、洗選蛋、木耳、紅蘿蔔、筍絲+應青+滷蛋*1					水果	全麥餐包+鮮乳
11月18日	四	炒麵疙瘩 麵疙瘩、生木耳、肉絲、高麗菜、紅蘿蔔	麥片飯	豆豉雞丁 豆豉、油豆腐、洋蔥、帶骨胸丁	滷味雙拼 海帶結、豆干、滷包	應青	筍香肉片湯 筍片、肉片		水果+乾拌水餃*3
11月19日	五	廣東粥 洗選蛋、絞肉、三色丁、高麗菜	什錦豬肉增飯+醬燒大排+炒青菜+黃瓜鮮菇湯 肉片、洋蔥、大白菜、紅蘿蔔、油片絲+醬燒大排+青菜+大黃瓜、生香菇					水果	芝麻包+鮮乳
11月20日	六	校慶餐盒							
11月22日	一	校慶補假							
11月23日	二	肉燥乾飯條 飯條、生香菇、絞肉、豆芽菜	小米飯	紅燒雞 帶骨胸丁、胡蘿蔔、白蘿蔔	冬瓜燴魚羹 魚羹、冬瓜	應青	味噌湯 洋蔥、豆腐、味噌		水果+紅棗銀耳甜湯 紅棗、白木耳、西谷米
11月24日	三	番薯鮮蔬粥 地瓜、高麗菜、洗選蛋	素客家炒米粉+應青+羅宋湯 乾細米粉、紅蘿蔔、豆芽菜、韭菜、麵腸、生香菇+青菜+蕃茄、洋芋、芹菜、洋蔥					水果	克林姆麵包+鮮乳
11月25日	四	火鍋湯 金針菇、玉米結、冬粉、黑輪、白蘿蔔	糙米飯	塔香雞丁 洋蔥、帶骨胸丁、九層塔	養生南瓜 枸杞、南瓜	應青	黃豆芽排骨湯 黃豆芽、排骨		水果+小兔包*1
11月26日	五	蘿蔔糕湯 蘿蔔糕、青菜、生木耳	醬香蛋炒飯+香滷大排+炒青菜+蒲瓜豆包湯 肉絲、洗選蛋、紅蘿蔔、洋蔥、小白菜+醬燒大排+帶骨大排、滷包+青菜+蒲瓜、生豆包					水果	菜包+鮮乳
11月29日	一	麻油麵線 麻油、白麵線、高麗菜、生香菇、凍豆腐	麥片飯	洋蔥豬柳 洋蔥、豬柳、甜椒	蕃茄炒蛋 蕃茄、洗選蛋	應青	白菜油腐湯 油豆腐、大白菜		水果+全麥吐司*1
11月30日	二	紫菜蛋花湯餃 紫菜、洗選蛋、金針菇、水餃*3	糙米飯	鹹酥雞丁 甜不辣、帶骨胸丁	黃瓜鮑菇 大黃瓜、鮑菇、紅蘿蔔	應青	蘿蔔大骨湯 白蘿蔔、大骨		水果+仙草蜜