

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	二	蕃茄肉末粥 蕃茄,金針菇,高麗菜,絞肉	五穀飯	海根燒雞 帶骨胸丁,海帶根,白蘿蔔	彩繪蒲瓜 蒲瓜,生木耳,玉米筍	應青	洋芋排骨湯 洋芋,排骨		水果+黑糖小饅頭*1
11月2日	三	鹹奶油餐包+麥茶	素鮑菇燴飯+應青+如意油腐湯 麵腸,鮑菇,洗選蛋,洋蔥,紅蘿蔔+應青+黃豆芽,油豆腐					水果	玉米脆片+鮮乳
11月3日	四	慶生蛋糕	糙米飯	三杯雞丁 帶骨胸丁,洋蔥,九層塔	玉米三色 玉米粒,豆薯,紅蘿蔔	應青	海芽豆腐湯 乾海芽,豆腐		水果+珍珠豆花 盒裝豆花,珍珠圓
11月4日	五	黃瓜貢丸湯 貢丸*2,大黃瓜,芹菜	中華炒麵+樹子蒸魚+應青+清甜玉米湯 黃油麵,高麗菜,紅蘿蔔,生木耳,洋蔥+生鮮魚排,樹子+青菜+玉米結,紅蘿蔔					水果	肉包+鮮乳
11月7日	一	台式米粉湯 乾粗米粉,肉絲,綠豆芽,韭菜	小米飯	冬瓜燉雞 帶骨胸丁,冬瓜,紅蘿蔔	香菇蒸蛋 洗選蛋,生香菇	應青	白玉魚羹湯 白蘿蔔,魚羹		水果+小籠湯包*2
11月8日	二	湯烏龍麵 烏龍麵,金針菇,青江菜,肉片	胚芽飯	地瓜滷肉 肉角,地瓜	芹香干片 豆干片,芹菜,紅蘿蔔	應青	紫菜鮑菇湯 紫菜,鮑菇		水果+紅豆紫米粥 紅豆,紫米
11月9日	三	饅頭夾羅勒蛋 饅頭,洗選蛋,九層塔	義式燉飯+應青+黃瓜凍腐湯 生豆包,蕃茄,洋蔥,馬鈴薯,甜椒,義大利香料+應青+大黃瓜,凍豆腐					水果	黑糖餐包+鮮乳
11月10日	四	玉米濃湯 玉米粒,洋芋,洗選蛋,洋蔥,紅蘿蔔,奶水	糙米飯	沙茶雞丁 帶骨胸丁,高麗菜,紅蘿蔔,沙茶醬	小瓜三絲 干絲,小黃瓜,海帶絲	炒青菜	花菜肉絲湯 白花菜,肉絲		水果+香蒸蘿蔔糕*1
11月11日	五	餛飩湯 餛飩*3,小白菜,芹菜	南瓜蒸飯+滷排骨+應青+白菜三絲湯 肉絲,南瓜,生香菇,洋蔥+帶骨大排,滷包+應青+大白菜,木耳,紅蘿蔔					水果	奶黃包+鮮乳
11月14日	一	日式關東煮 白蘿蔔,油豆腐,黑輪,米血,柴魚片	芝麻飯	菇燒雞丁 帶骨胸丁,生香菇,洋蔥	玉米炒蛋 洗選蛋,玉米粒	應青	紅棗蒲瓜湯 蒲瓜,紅棗		水果+小兔包*1
11月15日	二	什錦炒飯條 飯條,生木耳,洋蔥,肉絲,紅蘿蔔	小薏仁飯	蜜汁雞丁 帶骨胸丁,高麗菜,鮑菇	芽菜片絲 油片絲,綠豆芽,紅蘿蔔,韭菜	應青	青木瓜大骨湯 青木瓜,大骨		水果+綠豆薏仁湯 綠豆,薏仁
11月16日	三	鍋燒雞絲麵 雞絲麵,凍豆腐,青花菜,生香菇	日式丼飯+應青+青菜豆腐湯 生豆包,洗選蛋,洋蔥,牛蒡,金針菇,海苔絲+青菜+小白菜,豆腐					水果	杯子蛋糕+鮮乳
11月17日	四	廣東粥 洗選蛋,絞肉,三色丁,高麗菜	糙米飯	醬爆豬柳 豬柳,小黃瓜,洋蔥,甜麵醬	白菜滷 大白菜,蝦米,角螺	應青	黃豆芽排骨湯 黃豆芽,排骨		水果+乾拌水餃*3
11月18日	五	鍋貼*2+紫菜湯	酸辣湯麵+應青+香酥花枝排 白油麵,肉絲,豆腐,洗選蛋,木耳,紅蘿蔔,筍絲+應青+花枝排					水果	芋泥包+鮮乳
11月19日	六	校慶餐盒							
11月21日	一	校慶補假							
11月22日	二	奶酥餐包+枸杞茶	燕麥飯	薑汁燒肉 肉片,洋蔥,薑	冬瓜燴黑輪 冬瓜,黑輪,紅蘿蔔	應青	味噌湯 乾海芽,豆腐,味噌		水果+燒賣*2
11月23日	三	鳳梨雞湯 帶骨胸丁,大黃瓜,凍豆腐,鳳梨	素客家炒米粉+應青+蒲瓜片絲湯 乾細米粉,豆干片,紅蘿蔔,高麗菜,生木耳,洋蔥,韭菜+青菜+蒲瓜,油片絲					水果	馬拉糕+鮮乳
11月24日	四	番薯瘦肉粥 地瓜,絞肉,洗選蛋	糙米飯	青木瓜燉肉 肉角,青木瓜	三色南瓜 南瓜,三色丁	應青	當歸湯 大白菜,鮑菇,當歸		水果+銀耳紅豆湯 紅豆,白木耳,桂圓
11月25日	五	肉絲湯疙瘩 麵疙瘩,生木耳,肉絲,小白菜,紅蘿蔔	上海炊飯+香滷腿排+應青+蕃茄洋芋湯 肉絲,培根,青江菜,生香菇+生鮮雞腿排,滷包+青菜+蕃茄,洋芋					水果	菜包+鮮乳
11月28日	一	麻油麵線 白麵線,高麗菜,生香菇,凍豆腐,麻油	麥片飯	糖醋雞丁 帶骨胸丁,洋蔥,青椒,蕃茄醬	涼薯炒蛋 洗選蛋,涼薯	應青	茶壺湯 冬瓜,海帶結,柴魚片		水果+水煮玉米 1/2玉米結
11月29日	二	皮蛋瘦肉粥 皮蛋,絞肉,青江菜	紫米飯	蔥爆肉絲 肉絲,洋蔥,青蔥	時蔬冬粉 冬粉,豆芽菜,碎干丁,紅蘿蔔	應青	蘿蔔大骨湯 白蘿蔔,大骨		水果+香煎蛋餅(2人1份) 蛋餅皮,洗選蛋
11月30日	三	小餐包+鮮乳	干丁蛋炒飯+應青+南瓜豆腐湯 豆干丁,洗選蛋,紅蘿蔔,洋蔥,高麗菜+青菜+南瓜,豆腐					水果	中華愛玉