

臺南市私立魔莖幼兒園
114 學年度第一學期 11 月份餐點表

日期	星期	上午點心 9:00	午 餐 11:30	水果	下午 點心 15:00	餐點類別檢核			
						全穀類	蛋類	豆魚肉	蔬茶類
11/03	一	麻油蛋麵線 <small>麵線、雞蛋、小白菜、麻油</small>	鮪魚玉米蛋炒飯+海帶芽湯 <small>白米、水煮鮪魚、玉米、雞蛋、紅蘿蔔、海帶、嫩豆腐</small>	火龍果	牛奶吐司+冬瓜茶 <small>草莓醬、吐司、冬瓜塊、砂糖</small>	✓	✓	✓	✓
11/04	二	蛋香鹹粥 <small>白米、雞蛋、蘿蔔、青豆仁、玉米</small>	榨菜肉絲湯麵 <small>白麵、榨菜、豬肉絲、白菜</small>	火龍果	三杯關東煮 <small>黑輪、米血、魚丸、薑、醬油、二級砂糖、九層塔</small>	✓	✓	✓	✓
11/05	三	火腿歐姆蛋 <small>火腿、玉米、雞蛋、蔥</small>	翡翠虱目魚湯飯 <small>白米、虱目魚柳、翡翠、芹菜、高麗菜</small>	火龍果	綠豆湯 <small>綠豆、二砂糖</small>	✓	✓	✓	✓
11/06	四	滑蛋雞肉粥 <small>雞蛋、雞肉、紅蘿蔔、香菇</small>	炸醬麵+排骨魚丸蘿蔔湯 <small>白麵、豆干、紅蘿蔔、玉米、豬絞肉、香菇、袖珍菇、白蘿蔔、排骨、魚丸、白蘿蔔</small>	火龍果	酥炸地瓜條 <small>地瓜條</small>	✓	✓	✓	✓
11/07	五	醬炒冬粉 <small>冬粉、高麗菜絲、香菇、紅蘿蔔</small>	肉鬆飯+炒高麗菜+蒸蛋+蒜香豬肉+大骨蘿蔔湯 <small>白米、肉鬆、高麗菜、雞蛋、豬肉片、大鼓、蘿蔔</small>	火龍果	銀芽翡翠羹 <small>豆腐、豆芽菜、豬肉</small>	✓	✓	✓	✓
11/10	一	白菜虱目魚丸麵線 <small>白菜、虱目魚丸、麵線</small>	竹筍肉絲燴飯 <small>白米、竹筍、紅蘿蔔、豬肉絲、木耳</small>	火龍果	牛奶土司+仙草茶 <small>藍莓醬、吐司、仙草</small>	✓	✓	✓	✓
11/11	二	廣式鹹粥 <small>白米、皮蛋、肉鬆、木耳</small>	什錦烏龍湯麵 <small>烏龍麵、小烏蛋、高麗菜、木耳、洋蔥、紅蘿蔔、豬肉、芹菜</small>	火龍果	關東煮 <small>玉米筍、白蘿蔔、大白菜、魚丸、米血</small>	✓	✓	✓	✓
11/12	三	什錦鮮菇湯 <small>袖珍菇、杏包菇、金針菇、嫩豆腐</small>	滑蛋虱目魚湯飯 <small>(白米、虱目魚柳、雞蛋、紅蘿蔔、高麗菜)</small>	火龍果	紅豆湯 <small>紅豆、二砂糖</small>	✓	✓	✓	✓
11/13	四	玉米豬肉蛋粥 <small>(白米、豬肉、雞蛋、紅蘿蔔)</small>	茄汁肉醬麵+玉米濃湯 <small>白麵、洋蔥、紅蘿蔔、豬絞肉、番茄醬汁、玉米、雞蛋</small>	火龍果	酥炸雙拼 <small>薯條、甜不辣</small>	✓	✓	✓	✓
11/14	五	牛奶吐司+牛奶 <small>(吐司、牛奶、花生醬)</small>	壽司 <small>(海帶、肉鬆、雞蛋、小黃瓜)</small>	火龍果	茶葉蛋 <small>(雞蛋、茶葉)</small>	✓	✓	✓	✓
11/17	一	香煎蘿蔔糕 <small>蘿蔔糕</small>	白醬燴白菜肉片飯+排骨湯 <small>(白醬、白菜、肉片、高麗菜、排骨)</small>	香瓜	牛奶土司+麥茶 <small>草莓醬、吐司、麥茶</small>	✓	✓	✓	✓
11/18	二	芙蓉雞汁粥 <small>白米、玉米、翡翠、雞肉、蔥</small>	打滷麵 <small>白麵、紅蘿蔔、香菇、高麗菜、雞蛋、豬肉絲</small>	香瓜	玉米排骨蔬菜湯 <small>玉米、排骨、白蘿蔔</small>	✓	✓	✓	✓
11/19	三	紅蘿蔔烘蛋 <small>紅蘿蔔、雞蛋</small>	虱目魚湯飯 <small>(白米、虱目魚柳、虱目魚皮)</small>	香瓜	QQ 湯 <small>粉角、二砂糖</small>	✓	✓	✓	✓
11/20	四	地瓜粥+肉鬆 <small>地瓜、肉鬆、白米</small>	什錦炒烏龍+海帶芽湯 <small>烏龍麵、紅蘿蔔、肉末、高麗菜、洋蔥</small>	香瓜	玉米濃湯 <small>火腿、玉米、雞蛋</small>	✓	✓	✓	✓
11/21	五	肉絲白菜冬粉 <small>(白菜、冬粉、紅蘿蔔、香菇、豬肉絲)</small>	玉米飯+蒜香菠菜+紅燒嫩肉+紅蘿蔔雞蛋+大黃瓜鮮菇湯 <small>(白米、玉米、菠菜、紅蘿蔔、豬肉、麵輪、海帶芽、雞蛋、大黃瓜、袖珍菇)</small>	香瓜	酸辣湯 <small>豆腐、紅蘿蔔、木耳、高麗菜、雞蛋</small>	✓	✓	✓	✓
11/24	一	香菇家常麵 <small>(白麵、香菇、高麗菜)</small>	雞肉親子丼+味噌豆腐湯 <small>(白米、雞肉、洋蔥、海苔、雞蛋、味噌、豆腐)</small>	香瓜	牛奶土司+冬瓜茶 <small>草莓醬、吐司、冬瓜茶</small>	✓	✓	✓	✓
11/25	二	菠菜蛋花湯 <small>(菠菜、雞蛋)</small>	什錦雞絲麵 <small>(白麵、木耳、白菜、玉米、紅蘿蔔、雞絲、白蘿蔔)</small>	香瓜	日式蔬菜煮 <small>玉米筍、海帶結、乾香菇、高麗菜、白蘿蔔</small>	✓	✓	✓	✓
11/26	三	玉米雞蛋 <small>(玉米、雞蛋)</small>	精燉魚骨海鮮時蔬湯飯 <small>白米、虱目魚肉、虱目魚骨、花枝漿、芹菜、高麗菜</small>	香瓜	麻油雞肉麵線 <small>(麵線、雞肉、麻油、雞蛋、高麗菜)</small>	✓	✓	✓	✓
11/27	四	南瓜鮮肉粥 <small>(白米、豬絞肉、南瓜、高麗菜、紅蘿蔔)</small>	什錦炒麵+紫菜豆腐湯 <small>白麵、紅蘿蔔、豬肉片、香菇、高麗菜、木耳、紫菜、豆腐</small>	香瓜	馬鈴薯濃湯 <small>馬鈴薯、豬肉、紅蘿蔔、洋蔥</small>	✓	✓	✓	✓
11/28	五	香菇貢丸湯 <small>香菇、貢丸</small>	肉燥飯+算香高麗菜+打拋豬+海帶芽炒雞蛋+蘿蔔排骨湯 <small>(白米、玉米、菠菜、紅蘿蔔、豬肉、麵輪、海帶芽、雞蛋、大黃瓜、袖珍菇)</small>	香瓜	地瓜湯 <small>地瓜、二砂糖</small>	✓	✓	✓	✓

*本園肉品皆使用國產肉品，敬請家長安心！

註一：本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。

註二：依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」：易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品。請家長務必告知園方，幼童是否有對其上述食物過敏，以利個別調整餐點。

註三：本園保有最後調整菜單之權利。

2025/10/31 製表