



# 吉瑞福幼兒園【114.11 營養餐點表】

★ 上午點心於 8:30 後開始供應，若寶貝來園時間較早，建議您先讓寶貝吃過早餐再來上學。

★ 本園供應之餐點烹調一律採低糖、低鹽、低油脂符合健康飲食原則。餐點均採購新鮮食材，但若因時令季節或颱風影響，菜色略做調整，園方將不另行通知，敬請見諒。



| 日期   | 11/03(一)                 | 11/04(二)               | 11/05(三)          | 11/06(四)              | 11/07(五)             |
|------|--------------------------|------------------------|-------------------|-----------------------|----------------------|
| 上午點心 | 燕麥脆片牛奶                   | 米 粉 湯                  | 壽豆 桃漿             | 魷 魚 羹                 | 蛋 花 素 水 餃            |
| 午餐   | 三杯麵 腸絲 海鮮小魚湯 果           | 蘑菇雞丁 蔥節鮮丸 洋季蘿蔔水        | 柳月豆鮮雞 紅燒節筍 季竹水    | 洋蔥雞柳 三杯杏鮑 季節鮮花 紫菜蛋花 水 | 肉質魚蛋 蛤蜊蒸鮮 季節味噌 豆腐湯 水 |
| 下午點心 | 大 麵 羹                    | 玉 米 粥                  | 雞 絲 麵             | 茶 葉 蛋 茶               | 鮮 奶 吐 司 奶            |
| 日期   | 11/10(一)                 | 11/11(二)               | 11/12(三)          | 11/13(四)              | 11/14(五)             |
| 上午點心 | 當 歸 麵 線                  | 草 莓 麵 包 奶              | 黑 糖 饅 頭 漿         | 冬 粉 湯                 | 吻 仔 魚 粥              |
| 午餐   | 茄汁鯖魚 黃瓜鮮鮮 季節鮮蝦 河水        | 薑汁燒雞 紅蘿蔔鮮丸 季節脆丸 玉米水    | 蔬菜蛋炒飯 菇雞湯 蔬香水     | 蔥爆雞丁 西芹炒鮮 季節鮮針 金水     | 蔬菜燜鴨 滷海帶鮮 季節蛤蠣 冬瓜水   |
| 下午點心 | 奶 皇 包 奶                  | 紅 豆 豆 花                | 清 粥 小 菜           | 蒸 地 瓜 牛 奶             | 水 煮 玉 米              |
| 日期   | 11/17(一)                 | 11/18(二)               | 11/19(三)          | 11/20(四)              | 11/21(五)             |
| 上午點心 | 雞 絲 麵                    | 豆 干 毛 豆 茶              | 燒 豆 賣 漿           | 蘿 蔔 糕                 | 清 香 麵 線              |
| 午餐   | 嫩煎雞腿 大白菜鮮芽 季節鮮芽 海水       | 螞蟻上樹 紅燒豆鮮丸 季節貢丸 葫水     | 蠔油彩雞 番茄炒鮮 季節鮮蝦 蛤水 | 紅燒鮮魚 麻婆豆鮮 季節養生 藥膳水    | 小黃瓜雞絲 蔥花炒鮮 季節鮮白菜 餛飩水 |
| 下午點心 | 水 蒸 蛋 糕 牛 奶              | 綠 豆 薏 仁 湯              | 皮 蛋 粥             | 雞 蛋 蔬 菜 麵             | 芝 麻 包 奶              |
| 日期   | 11/24(一)                 | 11/25(二)               | 11/26(三)          | 11/27(四)              | 11/28(五)             |
| 上午點心 | 玉 米 濃 湯                  | 水 牛 煮 蛋 奶              | 鮮 奶 饅 頭 漿         | 麵 線 糊                 | 芝 麻 包 奶              |
| 午餐   | 三杯雞片 黃瓜炒貢丸 季節鮮豆腐 青菜豆腐 青水 | 滷蘿麥香 椒鹽鮮魚 季節鮮魚 空心菜乾 空水 | 土 魷 魚 羹 麵 水 果     | 香煎鯖魚 紅燒鮮豆 季節鮮丸 大黃瓜水   | 滷雞炒翅 玉米鮮蛋 季節綜合 菇菇湯 水 |
| 下午點心 | 烤 饅 頭 牛 奶                | 陽 春 麵                  | 關 東 煮             | 地 瓜 粥 菜               | 鍋 燒 麵                |



# 瑞福幼兒園【11.11 營養餐點表-素食】

★ 上午點心於 8:30 後開始供應，若寶貝來園時間較早，建議您先讓寶貝吃過早餐再來上學。

★ 本園供應之餐點烹調一律採低糖、低鹽、低油脂符合健康飲食原則。餐點均採購新鮮食材，但若因時令季節或颱風影響，菜色略做調整，園方將不另行通知，敬請見諒。



| 日期   | 11/03(一)                                | 11/04(二)                           | 11/05(三)                         | 11/06(四)                           | 11/07(五)                           |
|------|-----------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| 上午點心 | 燕麥脆片牛奶                                  | 米 粉 湯                              | 壽豆 桃漿                            | 素 魷 魚 羹                            | 蛋 花 素 水 餃                          |
| 午餐   | 三杯素麵 腸絲蔬羹果<br>海带三鮮肉<br>季節素菜<br>莧菜水      | 蘑菇素雞丁 蛋蔬湯果<br>紅蘿蔔鮮丸<br>季節素菜<br>蘿水  | 素紅燒豆魚腐蔬湯果<br>季節鮮筍<br>季竹水         | 香滷素雞柳 菇蔬湯果<br>三杯杏鮑鮮花<br>季節菜蛋<br>紫水 | 滷日素蒸魚 蛋蔬湯果<br>式節鮮味<br>豆腐<br>豆水     |
| 下午點心 | 大 麵 羹                                   | 玉 米 粥                              | 素 雞 絲 麵                          | 茶 葉 蛋 茶                            | 鮮 奶 吐 司 奶                          |
| 日期   | 11/10(一)                                | 11/11(二)                           | 11/12(三)                         | 11/13(四)                           | 11/14(五)                           |
| 上午點心 | 當 歸 麵 線                                 | 草 莓 麵 包 奶                          | 黑 糖 饅 頭 漿                        | 冬 粉 湯                              | 蔬 菜 粥                              |
| 午餐   | 茄汁素魚 菇蔬湯果<br>黃瓜鮮鮮<br>季節補<br>大水          | 冬瓜燒素雞 蛋蔬湯果<br>紅蘿蔔鮮丸<br>季節素菜<br>玉米水 | 蔬菜蛋炒飯 蔬雞湯果<br>菇素雞<br>鮮水          | 爆炒素雞丁 干蔬湯果<br>西芹炒鮮豆<br>季節鮮針<br>金水  | 蔬菜炆素肉 根蔬湯果<br>滷海帶鮮<br>季節瓜<br>冬水    |
| 下午點心 | 奶 皇 包 奶                                 | 紅 豆 豆 花                            | 清 粥 小 菜                          | 蒸 地 瓜 奶                            | 水 煮 玉 米                            |
| 日期   | 11/17(一)                                | 11/18(二)                           | 11/19(三)                         | 11/20(四)                           | 11/21(五)                           |
| 上午點心 | 素 雞 絲 麵                                 | 豆 干 毛 豆 茶                          | 素 燒 賣 漿                          | 蘿 蔔 糕                              | 清 香 麵 線                            |
| 午餐   | 嫩煎素雞腿 滷蔬湯果<br>大白菜鮮芽<br>季節帶<br>海水        | 螞蟻上樹 輪蔬湯果<br>紅燒豆腐丸<br>季節素菜<br>葫水   | 蠔油素雞絲 蛋蔬湯果<br>番茄炒鮮菇<br>季節鮮<br>三水 | 紅燒素魚腐 蔬湯果<br>麻婆豆鮮<br>季節養生<br>藥膳水   | 小黃瓜素雞絲 炒蛋蔬湯果<br>蔬菜鮮白菜<br>季節鮮<br>素水 |
| 下午點心 | 水 蒸 蛋 糕 奶                               | 綠 豆 薏 仁 湯                          | 皮 蛋 粥                            | 雞 蛋 蔬 菜 麵                          | 芝 牛 麻 包 奶                          |
| 日期   | 11/24(一)                                | 11/25(二)                           | 11/26(三)                         | 11/27(四)                           | 11/28(五)                           |
| 上午點心 | 玉 米 濃 湯                                 | 水 牛 煮 蛋 奶                          | 鮮 奶 饅 頭 漿                        | 麵 線 糊                              | 芝 牛 麻 包 奶                          |
| 午餐   | 三杯素雞片 蔬湯果<br>黃瓜炒素丸<br>季節鮮豆腐<br>青菜<br>青水 | 滷椒蘿麥香 條蔬湯果<br>季節鮮菜<br>空水           | 素土魷魚羹 麵果<br>水                    | 香煎素魚腸 蔬湯果<br>紅燒豆鮮丸<br>季節黃瓜素<br>大水  | 滷玉素雞翅 米炒蛋蔬湯果<br>季節鮮<br>菇綜合<br>水    |
| 下午點心 | 烤 饅 頭 奶                                 | 陽 春 麵                              | 關 東 煮                            | 地 瓜 粥 菜                            | 鍋 燒 麵                              |