

114 年 11 月份點心表

	週一	週二	週三	週四	週五
日期	3	4	5	6	7
上午	玉米蛋刈包 豆漿	鍋燒意麵	豆菜麵 酸辣湯	杯子蛋糕	小黑糖饅頭 豆漿
食材	刈包、玉米、雞蛋、黃豆	意麵、白菜、魚板、雞蛋、雞肉、香菇、玉米筍	油麵、豆芽菜、油蔥酥、豆腐、香菇、雞蛋、筍絲	麵粉、雞蛋、牛奶、奶油	麵粉、黑糖、牛奶、黃豆
下午	地瓜拉餅	玉米濃湯 全麥吐司	吐司加蛋 牛奶	藍莓鬆餅	蘿蔔糕
食材	餅皮、地瓜	濃湯粉、玉米、雞蛋、全麥吐司	吐司、雞蛋、牛奶	鬆餅粉、藍莓醬、牛奶	在來米、蘿蔔、油蔥酥
水果	鳳梨	火龍果	蘋果	香蕉	極柑
全穀根莖	✓	✓	✓	✓	✓
豆魚蛋肉	✓	✓	✓	✓	✓
蔬菜	✓	✓	✓	✓	✓
水果	✓	✓	✓	✓	✓
日期	10	11	12	13	14
上午	芝麻包	起司蛋餅	義大利麵	黑糖饅頭 加蛋	帕瑪森麵包
食材	麵粉、芝麻、牛奶	餅皮、起司、雞蛋	義大利麵、番茄泥、洋蔥、雞肉	麵粉、黑糖、雞蛋	麵粉、牛奶、奶油、乳酪絲
下午	法國吐司 豆漿	海燕窩	奶酥小堡 牛奶	關東煮	烤芝麻饅頭 豆漿
食材	吐司、雞蛋、黃豆	海燕窩、二砂糖	麵粉、牛奶、奶油、奶酥	高麗菜卷、玉米、蘿蔔、豆腐、黑輪條	麵粉、奶油、芝麻、黃豆
水果	鳳梨	火龍果	蘋果	香蕉	極柑
全穀根莖	✓	✓	✓	✓	✓
豆魚蛋肉	✓	✓	✓	✓	✓
蔬菜	✓	✓	✓	✓	✓
水果	✓	✓	✓	✓	✓

	週一	週二	週三	週四	週五
日期	17	18	19	20	21
上午	咖喱滑蛋麵	小芋包 豆漿	什錦蔬菜粥	玉米蛋吐司	奶皇包 豆漿
食材	麵條、咖喱、雞蛋、雞肉、胡蘿蔔	麵粉、芋頭、牛奶、黃豆	白米、胡蘿蔔、玉米、高麗菜、白菜	吐司、玉米、雞蛋	麵粉、蛋黃、奶油、黃豆
下午	小北歐	香菇雞蛋 魚羹	起司藍莓蛋 三明治 牛奶	雞肉筍絲湯	起司饅頭
食材	麵粉、牛奶、奶油	香菇、雞蛋、魚肉、白菜	雞蛋、吐司、藍莓果醬、起司、牛奶	雞肉、筍絲、香菇	麵粉、起司、牛奶
水果	鳳梨	火龍果	蘋果	香蕉	極柑
全穀根莖	✓	✓	✓	✓	✓
豆魚蛋肉	✓	✓	✓	✓	✓
蔬菜	✓	✓	✓	✓	✓
水果	✓	✓	✓	✓	✓
日期	24	25	26	27	28
上午	吐司加蛋 豆漿	玉米蔬菜粥	小漢堡加蛋	蔥抓餅	小兔包 豆漿
食材	吐司、雞蛋、黃豆	白米、玉米、白菜、青江菜、香菇、雞蛋	漢堡、雞蛋	餅皮、雞蛋、青蔥	麵粉、綠豆、黃豆
下午	燒賣	紅豆豆花	乳酪絲麵包 牛奶	蔬菜蛋餅	奶油車輪餅
食材	麵皮、糯米、蟹黃、洋蔥	紅豆、黃豆、二砂糖	麵粉、乳酪絲、牛奶	餅皮、雞蛋、白菜	麵粉、牛奶、奶油
水果	鳳梨	火龍果	蘋果	香蕉	極柑
全穀根莖	✓	✓	✓	✓	✓
豆魚蛋肉	✓	✓	✓	✓	✓
蔬菜	✓	✓	✓	✓	✓
水果	✓	✓	✓	✓	✓

※水果依季節或產量予以調整

※本校營養午餐有供應花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等 11 種及其製品，不適合對其過敏體質者食用

設計者:

幼兒園主任:

校長:

