					114年11月4	 餐點表				
	11/3星期	月一	11/4星其	期二	11/5星其	期三	11/6星期	四	11/7星	期五
早點	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
	玉米濃湯麵	麵	原味饅頭	原味饅頭	南瓜雞肉粥	白米	茶葉蛋	茶葉蛋	慶生蛋糕	慶生蛋糕
		玉米醬	米 漿	米漿		雞肉	牛奶	牛奶		
		玉米粒				南瓜				
		紅蘿蔔				生香菇				
		蛋								
		火腿								
		洋蔥								
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	香菇肉羹燴飯	白米	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		肉羹		白米		白米
	洋芋燉雞	馬鈴薯	茄汁豆包	濕豆包		鮮香菇	蔥汁雞	雞胸肉丁	日式壽喜燒	豬肉片
		紅蘿蔔		洋蔥		脆筍絲		嫩薑絲		洋蔥
		雞肉		蕃茄		木耳		青蔥	咖哩洋芋	洋芋
	沙茶白菜粉絲煲	冬粉		蕃茄醬		紅蘿蔔	肉絲銀芽	肉絲		紅蘿蔔
		大白菜	椒香炒蛋	甜椒		蛋		銀芽		咖哩
	冬瓜排骨湯	大骨		雞蛋	紅棗山藥雞湯	雞肉	結菜魚丸湯	結菜	味噌海芽湯	海帶芽
		冬瓜	豆薯鮮菇湯	鮮香菇		山藥		魚丸		蔥
		薑片		豆薯		紅棗		 		味噌
	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬
	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果
午點	燒賣	港式燒賣	蔬菜雞絲麵	雞絲麵	雙豆甜湯	紅豆	香菇肉絲米粉湯	乾香菇	什錦滷味	鳥蛋
	海带芽湯	益里		小白菜		綠豆		芹菜		素雞
		海带芽		紅蘿蔔絲				肉絲		杏鮑菇
				芹菜				米粉		大竹輪
				乾香菇				油蔥		

					114年11月	餐點表				
	11/10星	期一	11/11星	期二	11/12星	期三	11/13星	期四	11/14	星期五
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	日式烏龍麵	烏龍麵	黑糖饅頭	黑糖饅頭	芋香鹹粥	白米	戚風蛋糕	戚風蛋糕	雞肉河粉	粄條
		豬肉絲	牛奶	牛奶		芋頭	桂圓紅棗茶	桂圓		雞絲
		魚板				乾香菇		紅棗		乾香菇絲
		高麗菜				絞肉				蔥
		洋蔥								豆芽菜
		紅蘿蔔								
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	沙茶豬肉炒飯	白米	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米		豬肉絲		白米		白米
	照燒雞	雞腿丁	鳩蛋素瓜子肉	鳥蛋		青椒	蠔油雞腿	雞肉	魚香肉絲	豬肉絲
		生香菇		素絞肉		洋蔥		蔥		去皮荸薺
		洋蔥		豆乾丁		紅蘿蔔		蓝		濕木耳
	豆包炒杏菇	杏鲍菇	燜南瓜	南瓜	菠菜小魚湯	菠菜		蒜頭		蔥
		炸豆包		苗田		吻仔魚		素雞腿		蒜仁
	肉絲冬粉湯	肉絲	蔬菜養生湯	結球白菜		芹菜末	番茄燴豆腐	番茄		嫩薑
		冬粉		枸杞	時蔬	時蔬		豆腐		不辣豆瓣醬
		芹菜		牛番茄	當季水果	當季水果	大白菜蛋花湯	大白菜	芹香貢丸	西芹菜
	有機蔬菜	有機高麗菜		芹菜				洗選蛋		貢丸
	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬				蔥	刈菜雞湯	刈菜
			當季水果	當季水果			時蔬	時蔬		雞腿丁
							當季水果	當季水果		薑
									時蔬	時蔬
									當季水果	當季水果
午點	桂圓糯米粥	白糯米	貝殼濃湯麵	貝殼麵	古早味米苔目	米苔目	鮮肉麵線羹	紅麵線	白木耳芋頭湯	白木耳
		黒糯米		三色豆		肉絲		豬肉絲		芋頭
		米		洋蔥		紅蘿蔔絲		木耳		
		紅棗		馬鈴薯		洋蔥		蒜酥		
		桂圓		北海道白醬		乾香菇				
					2					

					114年11月	餐點表				
	11/17星期一		11/18星期二		11/19星期三		11/20星期四		11/21期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	木須肉絲麵	小烏龍麵	紅豆泥包	紅豆泥包	台式鹹粥	白米	乳酪吐司	乳酪吐司	肉燥米粉湯	米粉
		肉絲	低糖豆漿	低糖豆漿		肉絲	牛奶	牛奶		瘦絞肉
		紅蘿蔔				香菇				芹菜
		洋蔥				胡瓜				乾香菇
		木耳絲				芹菜				
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	沙威瑪	麵包	档 米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
	7 14 122	白米	76 1 725	白米		難丁	10.1.1.2	白米	- CANA 100	白米
	雙色豬柳	梅花豬柳	洋蔥炒蛋	洋蔥		洋蔥	麵輪燒雞	雞丁	肉末豆腐	豆腐
	<u> </u>	紅甜椒絲	1.672	蛋		豆芽菜	20110000	麵輪		絞肉
		黄甜椒絲	紅燒冬瓜	冬瓜	, ,,,	紅蘿蔔		西芹		豆鼓
		洋蔥		苗田	豆腐羹	板豆腐		紅蘿蔔		蔥
	糖醋甜不辣	甜不辣	豆皮高麗菜湯	高麗菜		絞雞胸肉	薑絲海帶根	海帶根	火腿炒蛋	火腿
	紫菜蛋花湯	蛋		豆皮		芹菜末		薑絲		蛋
		蔥		胡蘿蔔		紅蘿蔔	酸菜肉片湯	梅花肉片	黄瓜竹輪湯	黄瓜
		紫菜	 時蔬	時蔬		時蔬		酸菜梗		竹輪
	有機蔬菜	有機高麗菜	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	 時蔬	時蔬		時蔬
	當季水果	當季水果					當季水果	當季水果	當季水果	當季水果
午點	鹹湯圓	紅白小湯圓	香Q玉米	玉米	酸辣湯餃	水餃	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕	燒仙草	燒仙草原汁
1 1111	吸勿 因	肉絲	1427	エホ	以 <i>不</i>	豆腐	海田 小小八	豬肉絲	光四十	烧仙草粉
		小白菜				黑木耳		乾香菇絲		紅豆
		芹菜				紅蘿蔔		高麗菜絲		芋圓
		乾香菇絲				金茸菇		素蘿蔔糕		地瓜圓
		70 g xo wh				蛋		小 作 町 小小		70/队区
					3					

					114年11月餐	於點表			
	11/24星其	11/24星期一		11/25星期二		11/26星期三		期四	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	
早點	芋頭饅頭	芋頭饅頭	貢丸湯麵	貢丸	翡翠吻仔魚粥	白米	克林姆餐包	克林姆餐包	
	牛奶	牛奶		麵		菠菜	洛神花茶	洛神花茶	
				小白菜		吻仔魚			
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	義大利肉醬螺旋麵	螺旋麵	燕麥飯	燕麥	
		白米		白米		絞肉		白米	
	三杯雞	雞丁	香濃咖哩	紅蘿蔔		洋蔥	回鍋肉	梅花豬肉片	
		蒜仁		咖哩		紅蘿蔔		高麗菜	
		薑		麵腸		番茄醬		甜麵醬	
		九層塔		洋蔥	玉米濃湯	玉米粒	玉米毛豆	玉米	
		杏鮑菇		鮑魚菇		玉米醬		毛豆	
	黄瓜炒肉絲	黄瓜		馬鈴薯		紅蘿蔔	番茄豆腐湯	番茄	
		肉絲	雪菜豆乾丁	雪菜		蛋		豆腐	
	雪蓮子雞湯	雪蓮子		豆乾丁		素火腿		蔥	
		雞肉	藥膳蘿蔔湯	十全藥材包		洋蔥	時蔬	時蔬	
		薑		枸杞	高麗菜	高麗菜	當季水果	當季水果	
	時蔬	時蔬		白蘿蔔	當季水果	當季水果			
	當季水果	當季水果		紅蘿蔔					
			時蔬	時蔬					
			當季水果	當季水果					
午點	枸杞南瓜小米粥	小米	羅漢齋麵疙瘩	麵疙瘩	油豆腐細粉	冬粉	肉骨茶麵線	白麵線	
		南瓜		紅蘿蔔		小油豆腐		肉絲	
		枸杞		大白菜		生香菇		蒜仁	
		白米		生香菇		紅蘿蔔		高麗菜	
				濕豆皮		高麗菜		肉骨茶包	
						薑絲			

[★]本份餐點如對芒果、花生、牛奶、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過敏者,請聯繫班級老師。