115年11月餐點表										
	11/2星期一		11/3星期二		11/4星期三		11/5星期四		11/6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
	洋芋絞肉	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
		蔥末		蕃茄		木耳		青蔥	咖哩洋芋	洋芋
		絞肉		蕃茄醬		紅蘿蔔	肉絲銀芽	肉絲		紅蘿蔔
	沙茶白菜粉絲煲	冬粉	椒香炒蛋	甜椒		蛋		銀芽		咖哩
		大白菜		雞蛋	紅棗山藥雞湯	雞肉	結菜魚丸湯	結菜	麻油蔬菜蛋花湯	麻油
	冬瓜排骨湯	大骨	豆薯鮮菇湯	鮮香菇		山藥		魚丸		蛋
		冬瓜		豆薯		紅棗		薑		高麗菜
		薑片	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬		薑
	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	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬
	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
	海帶芽湯	薑		小白菜		綠豆		芹菜		素雞
		海帶芽		紅蘿蔔絲				肉絲		杏鮑菇
				芹菜				米粉		大竹輪
				乾香菇				油蔥		
1										

115年11月餐點表										
	11/9星期一		11/10星期二		11/11星期三		11/12星期四		11/13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	乳酪吐司	乳酪吐司	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	沙威瑪	麵包	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米		雞丁		白米		白米
	照燒雞	雞腿丁	鳩蛋素瓜子肉	鳥蛋		洋蔥	蠔油雞腿	雞肉	魚香肉絲	豬肉絲
		生香菇		素絞肉	豆芽菜	豆芽菜		蔥		去皮荸薺
		洋蔥		豆乾丁		紅蘿蔔		薑		濕木耳
	高麗菜炒蛋	高麗菜	燜南瓜	南瓜	菠菜小魚湯	菠菜		蒜頭		蔥
		雞蛋		薑		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
	時蔬	時蔬		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	豆皮壽司	豆皮	鮮肉麵線羹	紅麵線	白木耳芋頭湯	白木耳
		黑糯米		三色豆		壽司醋		豬肉絲		芋頭
		米		洋蔥		黑芝麻		木耳		
		紅棗		馬鈴薯		米		蒜酥		
		桂圓		北海道白醬						

115年11月餐點表										
	11/16星期一		11/17星期二		11/18星期三		11/19星期四		11/20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	木須肉絲麵	小烏龍麵	紅豆泥包	紅豆泥包	台式鹹粥	白米	肉燥米粉湯	米粉	戚風蛋糕	戚風蛋糕
		肉絲	低糖豆漿	低糖豆漿		肉絲		瘦絞肉	牛奶	牛奶
		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	沙茶豬肉炒飯	白米	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		豬肉絲		白米		白米
	雙色豬柳	梅花豬柳	洋蔥炒蛋	洋蔥		青椒	肉末豆腐	豆腐	麵輪燒雞	雞丁
		紅甜椒絲		蛋		洋蔥		絞肉		麵輪
		黃甜椒絲	紅燒冬瓜	冬瓜		紅蘿蔔		豆鼓		西芹
		洋蔥		薑	豆腐羹	板豆腐		蔥		紅蘿蔔
	糖醋甜不辣	甜不辣	豆皮高麗菜湯	高麗菜		雞胸肉	薑絲海帶根	海帶根	金菇肉絲	金針菇
	紫菜蛋花湯	蛋		豆皮		芹菜末		薑絲		豬肉
		蔥		胡蘿蔔		紅蘿蔔	酸菜肉片湯	梅花肉片	玉米馬鈴薯湯	玉米
		紫菜	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬		酸菜梗		馬鈴薯
	時蔬	時蔬	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬		胡蘿蔔
	當季水果	當季水果					當季水果	當季水果	時蔬	時蔬
									當季水果	當季水果
午點	鹹湯圓	紅白小湯圓	香Q玉米	玉米	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕	燒仙草	燒仙草原汁	酸辣湯餃	水餃
		肉絲				豬肉絲		燒仙草粉		豆腐
		小白菜				乾香菇絲		紅豆		黑木耳
		芹菜				高麗菜絲		芋圓		紅蘿蔔
		乾香菇絲						地瓜圓		金茸菇
										蛋

115年11月餐點表										
	11/23星期一		11/24星期二		11/25星期三		11/26星期四		11/27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	貢丸湯麵	貢丸	芋頭饅頭	芋頭饅頭	翡翠吻仔魚粥	白米	克林姆麵包	克林姆麵包	魚丸甜不辣湯	魚丸
		麵	牛奶	牛奶		菠菜	洛神花茶	洛神花茶		甜不辣
		小白菜				吻仔魚				
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	什錦炒米粉	細乾米粉	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米		木耳		白米		白米
	山藥燉肉	豬肉	香濃咖哩	紅蘿蔔		紅蘿蔔	三杯雞	雞丁	回鍋肉	梅花豬肉片
		山藥		咖哩		豆芽菜		蒜仁		高麗菜
		紅蘿蔔		麵腸		肉絲		薑		甜麵醬
	白菜滷	白菜		洋蔥		蔥		九層塔	玉米毛豆	玉米
		豆皮		鮑魚菇	蒜香雞湯	雞肉		杏鮑菇		毛豆
		紅蘿蔔		馬鈴薯		洋蔥	黃瓜炒肉絲	黃瓜	番茄豆腐湯	番茄
	雪蓮子雞湯	雪蓮子	雪菜豆乾丁	雪菜		蒜頭		肉絲		豆腐
		雞肉		豆乾丁	時蔬	時蔬	味噌海芽湯	海帶芽		蔥
		薑	藥膳蘿蔔湯	十全藥材包	當季水果	當季水果		蔥	時蔬	時蔬
	有機蔬菜	有機高麗菜		枸杞				味噌	當季水果	當季水果
	當季水果	當季水果		白蘿蔔			時蔬	時蔬		
				紅蘿蔔			當季水果	當季水果		
			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	紅豆米苔目	紅豆
		南瓜		紅蘿蔔		小油豆腐		肉絲		米苔目
		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				
4										

115年11月餐點表										
	11/30星期一									
	餐點名稱	食材內容								
早點	家常炒麵	麵								
		紅蘿蔔絲								
		木耳絲								
		肉絲								
		高麗菜								
午餐	芋香飯	芋頭								
		白米								
	滷肉排	梅花肉								
	豆包炒杏菇	杏鮑菇								
		炸豆包								
	黃瓜竹輪湯	黃瓜								
		竹輪								
	時蔬	時蔬								
	當季水果	當季水果								
午點	古早味米苔目	米苔目								
		肉絲								
		紅蘿蔔絲								
		洋蔥								
		乾香菇								

★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。