



臺南市私立卡羅幼兒園113學年度第一學期11月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
11/1	五	黑糖馬拉糕+ 豆漿	什錦炒意麵+冬菜鴨肉湯 (意麵、洋蔥、肉絲、蘿蔔絲、韭菜、鴨肉)	芭樂	紅豆薏仁湯	√	√	√	√
11/4	一	麵線羹	鮪魚蛋炒飯+炒高麗菜+青菜豆腐湯 (白飯、鮪魚、洋蔥、雞蛋、高麗菜、白菜、豆腐)	蘋果	醬燒小肉包+ 洛神花茶	√	√	√	√
11/5	二	奶皇包+牛奶	紫米飯+滷肉燥油豆腐+玉米炒蛋+大黃瓜軟骨湯 (白飯、紫米、油豆腐、肉末、洋蔥、玉米、小黃瓜、雞蛋、軟骨)	香蕉	珍珠豆花	√	√	√	√
11/6	三	吻仔魚粥	擔仔麵+豆芽菜+滷蛋+芹菜貢丸湯 (油麵、肉末、洋蔥、韭菜、豆芽菜、滷蛋、貢丸、芹菜)	奇異果	蒸地瓜+ 菊花枸杞茶	√	√	√	√
11/7	四	南瓜濃湯	雞肉咖哩飯+玉米蛋花湯 (白米、馬鈴薯、紅蘿蔔、咖哩、雞肉、洋蔥、玉米、雞蛋)	葡萄	韭菜鴨肉冬粉	√	√	√	√
11/8	五	芝麻饅頭+ 杏仁茶	香菇肉燥湯麵+滷小雞腿 (關廟麵、香菇、高麗菜、肉絲、洋蔥、小雞腿)	芭樂	白木耳甜湯	√	√	√	√
11/11	一	香菇高麗菜粥	鍋燒意麵+鮮肉燒賣 (鍋燒意麵、洋蔥、高麗菜、貢丸、鮮肉燒賣)	蘋果	蔥油餅+麥茶	√	√	√	√
11/12	二	雞蛋饅頭+ 薏仁漿	黃金肉絲蛋炒飯+炒大黃瓜+排骨菱角湯 (白飯、雞蛋、肉絲、洋蔥、大黃瓜、排骨、菱角)	香蕉	時蔬湯麵	√	√	√	√
11/13	三	絲瓜麵線	紫米飯+瓜子肉+香菇豆薯炒蛋+牛蒡湯 (白米、紫米、瓜子、肉末、香菇、豆薯、雞蛋、牛蒡)	番茄	檸檬愛玉	√	√	√	√
11/14	四	白菜餛飩湯	紅燒軟骨拉麵+炒海帶絲 (拉麵、軟骨、洋蔥、肉絲、海帶絲)	火龍果	蘿蔔糕+冬瓜茶	√	√	√	√
11/15	五	黑糖銀絲卷+ 豆漿	高麗菜水餃+酸辣湯 (高麗菜水餃、蘿蔔絲、木耳、雞蛋、豆腐)	芭樂	古早味蛋糕+水果茶	√	√	√	√



臺南市私立卡羅幼兒園113學年度第一學期11月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
11/18	一	蘿蔔糕蔬菜湯	地瓜飯+麻婆豆腐+洋蔥炒蛋+皇帝豆大骨湯 (白飯、地瓜、豆腐、肉末、洋蔥、雞蛋、皇帝豆、大骨)	蘋果	珍珠丸+冬瓜麥茶	√	√	√	√
11/19	二	紅豆包+牛奶	沙茶豬肉燴飯+黑輪菜頭湯 (白飯、洋蔥、豬肉片、高麗菜、黑輪、白蘿蔔)	葡萄	古早味米粉湯	√	√	√	√
11/20	三	桂圓紫米粥	鍋燒雞絲麵+蔥花蛋 (雞絲麵、洋蔥、肉絲、貢丸、高麗菜、雞蛋、蔥花)	番茄	小肉包+冬瓜檸檬	√	√	√	√
11/21	四	什錦湯麵	高麗菜魚片粥+肉鬆+炒菠菜 (白米、高麗菜、肉末、洋蔥、魚片、肉鬆、菠菜)	火龍果	夾蛋吐司+ 決明子茶	√	√	√	√
11/22	五	鮮奶饅頭+ 黑芝麻鮮豆漿	義大利肉醬麵+洋蔥圈+紫菜蛋湯 (義大利麵、洋蔥、肉末、番茄、洋蔥圈、紫菜、雞蛋)	奇異果	黃金綠豆湯	√	√	√	√
11/25	一	白菜貢丸豆腐湯	當歸軟骨麵線+滷味雙拼 (麵線、軟骨、滷蛋、火鍋條、海帶)	芭樂	薯餅+冬瓜茶	√	√	√	√
11/26	二	黑糖饅頭+ 薏仁漿	洋蔥雞肉丼飯+蘿蔔玉米湯 (白飯、洋蔥、雞肉、杏鮑菇、玉米、蘿蔔)	蘋果	水煮蛋+ 桂圓紅棗茶	√	√	√	√
11/27	三	鍋燒意麵	夏威夷蛋炒飯+金針菇炒木耳+榨菜肉絲麵 (白米、雞蛋、鳳梨丁、火腿、洋蔥、金針菇、木耳、榨菜、肉絲)	葡萄	蟹黃燒賣+鳳梨茶	√	√	√	√
11/28	四	玉米雞肉粥	南瓜米粉+關東煮 (米粉、南瓜、肉絲、洋蔥、蘿蔔、黑輪、貢丸)	火龍果	蔬菜煎餅+菊花茶	√	√	√	√
11/29	五	水果脆片+牛奶	古早味滷麵+客家小炒 (油麵、雙色蘿蔔丁、大白菜、扁魚、豆干、肉絲、芹菜)	芭樂	奶酥吐司+ 洛神花茶	√	√	√	√

每日餐點水果若有異動，以當日實物為準(食材來源一律使用國產豬)

親愛家長您好：請協助留意當天食材是否引起寶貝過敏並請通知老師協助留意，感謝您的協助