



臺南市私立卡羅幼兒園114年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
11/3	一	白稀飯+魚鬆	鍋燒意麵+燙小白菜 (意麵、高麗菜、洋蔥、貢丸、小白菜)	蘋果	關東煮	V	V	V	V
11/4	二	奶皇包+豆漿	白飯+玉米蒸蛋+燙油菜+味噌小魚乾豆腐湯 (白飯、雞蛋、玉米、油菜、豆腐、小魚乾)	香蕉	仙草甜湯	V	V	V	V
11/5	三	蔬菜湯麵	白醬雞肉燉飯+炒菠菜+紫菜蛋花湯 (白米、洋蔥、紅蘿蔔、雞肉、雞蛋、菠菜、紫菜)	葡萄	丹麥吐司+菊花茶	V	V	V	V
11/6	四	麵線糊	鮭魚蛋炒飯+炒小黃瓜+白菜豆腐湯 (白飯、雞蛋、鮭魚、洋蔥、小黃瓜、白菜、豆腐)	火龍果	原味蛋餅+麥茶	V	V	V	V
11/7	五	芝麻饅頭+杏仁茶	酸辣湯麵+空心菜 (關廟麵、豆腐、筍絲、蘿蔔絲、木耳、雞蛋、空心菜)	芭樂	紅豆牛奶甜湯	V	V	V	V
11/10	一	玉米雞肉粥	土魷魚羹+青江菜 (油麵、土魷魚條、大白菜、扁魚、筍絲、青江菜)	蘋果	饅頭加蛋+黑豆茶	V	V	V	V
11/11	二	草莓脆片+牛奶	紫米飯+清蒸魚片+絲瓜炒蛋+海帶節湯 (白飯、紫米、魚片、絲瓜、雞蛋、海帶節)	香蕉	古早味蛋糕+決明子茶	V	V	V	V
11/12	三	南瓜雞肉湯	紅醬雞肉蝴蝶麵+花椰菜+蛋花湯 (蝴蝶麵、雞肉、洋蔥、玉米、花椰菜、雞蛋)	葡萄	黑糖銀絲卷+百香果茶	V	V	V	V
11/13	四	鍋燒意麵	菜豆鹹粥+螞蟻上樹 (白米、菜豆、冬粉、高麗菜、蘿蔔絲)	芭樂	茶葉蛋+鳳梨茶	V	V	V	V
11/14	五	紅豆包+豆漿	南瓜米粉+燙尼龍菜+香菇雞湯 (米粉、高麗菜、紅蘿蔔、尼龍菜、南瓜、香菇、雞肉)	西瓜	白木耳甜湯	V	V	V	V
11/17	一	吻仔魚粥	高麗菜香菇湯麵+滷小雞腿 (關廟麵、香菇、高麗菜、洋蔥、小雞腿)	蘋果	蔥油餅+桂圓紅棗茶	V	V	V	V



臺南市私立卡羅幼兒園114年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	二	銀絲卷+ 杏仁茶	海鮮魚肉鍋+燙A菜 (白飯、魚肉、高麗菜、金針菇、蛤蜊、花枝、貢丸、A菜)	香蕉	珍珠豆花	V	V	V	V
11/19	三	米苔目	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)	葡萄	奶油餐包+ 冬瓜鮮奶	V	V	V	V
11/20	四	玉米濃湯	白米飯+馬鈴薯燉雞肉+四季豆+蔬菜湯 (白米、馬鈴薯、雞肉、洋蔥、四季豆、高麗菜、金針菇)	火龍果	古早味米粉湯	V	V	V	V
11/21	五	馬拉糕+ 無糖優酪乳	日式烏龍湯麵+青江菜+水煮蛋 (烏龍麵、高麗菜、水煮蛋、柴魚片)	芭樂	綠豆薏仁湯	V	V	V	V
11/24	一	美濃板條	唐揚雞丼飯+炒菠菜+蘿蔔玉米湯 (白飯、洋蔥、唐揚雞、菠菜、杏鮑菇、玉米、蘿蔔)	蘋果	冬瓜檸檬愛玉	V	V	V	V
11/25	二	黑糖饅頭+牛奶	白飯+茄汁魚柳條+空心菜+冬瓜薑絲湯 (白飯、魚柳條、洋蔥、空心菜、冬瓜)	香蕉	蒸地瓜+洛神花茶	V	V	V	V
11/26	三	絲瓜蛋花粥	起士牛奶鍋燒雞絲+花椰菜 (雞絲麵、貢丸、高麗菜、起士、牛奶、花椰菜)	葡萄	葡萄乾吐司+ 柚子茶	V	V	V	V
11/27	四	白菜豆腐貢丸湯	咖哩雞肉飯+炒水蓮+芹菜貢丸湯 (白飯、雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、水蓮、芹菜、貢丸)	芭樂	韭菜鴨肉冬粉	V	V	V	V
11/28	五	芝麻包+豆漿	什錦炒麵+燙油菜+蒜頭雞湯 (油麵、高麗菜、洋蔥、肉絲、油菜、蒜頭、雞肉)	西瓜	洋菜凍	V	V	V	V

每日餐點水果若有異動，以當日實物為準

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