

臺北市大安區龍安國小附設幼兒園114學年度11月餐點表

日期	星期	早點		午餐						午點	已符合四大類食物	
				主食		副菜	湯品	水果				
11月3日	一	生日蛋糕	鮮奶	胚芽飯	紅燒魚片	袖珍菇扒豆腐	高麗菜	紫菜吻仔魚湯	水果	玉米雞茸粥	✓	
11月4日	二	絲瓜麵線		五穀飯	冬瓜燜雞	洋蔥炒蛋	青江菜	三絲湯	水果	地瓜湯	✓	
11月5日	三	青菜餛飩湯		紫米飯	三杯雞	燴南瓜	有機蔬菜	冬瓜蘿蔔湯	水果	鮮奶饅頭	柚子茶	✓
11月6日	四	營養麥片	鮮奶	胚芽飯	醬燒鱈魚	大黃瓜炒木耳	油菜	番茄豆腐蛋花湯	水果	白菜什錦湯		✓
11月7日	五	糙米蔬菜粥		鮮蔬炒麵			大陸妹	白菜凍豆腐湯	水果	地瓜麵包	豆漿	✓
11月10日	一	什錦果麥	鮮奶	胚芽飯	焗烤鮭魚	四季豆炒豆干	A菜	紫菜蛋花湯	水果	水煮玉米		✓
11月11日	二	蘿蔔糕湯		五穀飯	紅燒雞燉蘿蔔	金針菇爬豆皮	大陸妹	海帶結蘿蔔湯	水果	豆沙包	麥茶	✓
11月12日	三	玉米麵包	鮮奶	紫米飯	滷翅腿	芙蓉蒸蛋	有機蔬菜	味噌豆腐湯	水果	紫米紅豆湯		✓
11月13日	四	番茄蛋湯麵		胚芽飯	茄汁魚片	白菜滷豆皮	龍鬚菜	莧菜小魚湯	水果	山藥雞湯		✓
11月14日	五	味噌魚片粥		咖哩雞肉燴飯			青江菜	海帶芽冬瓜湯	水果	玉米麥片奶酪		✓
11月17日	一	水果麥片	鮮奶	胚芽飯	清蒸鱈魚	豆乾炒肉末	高麗菜	黃豆芽排骨湯	水果	雞茸南瓜粥		✓
11月18日	二	紫菜蛋花湯餃		五穀飯	魚香肉絲	紅燒豆腐	鵝白菜	蘿蔔貢丸湯	水果	起司吐司	鮮奶	✓
11月19日	三	養生饅頭	豆漿	紫米飯	日式烤雞腿	蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	酸辣湯	水果	油豆腐細粉		✓
11月20日	四	蛋花雞絲麵		胚芽飯	梨汁烤肉	彩匯三蔬	A菜	什錦菇湯	水果	奶皇包	麥茶	✓
11月21日	五	香菇瘦肉粥		義大利麵			油菜	玉米濃湯	水果	優格		✓
11月24日	一	營養麥片	鮮奶	胚芽飯	蒲燒鯛魚	香芹豆皮	青江菜	牛蒡排骨湯	水果	水煮蛋	冬瓜茶	✓
11月25日	二	麻油蛋麵線		五穀飯	馬鈴薯燉肉	香菇蒸蛋	空心菜	大黃瓜貢丸湯	水果	芝士小軟法	鮮奶	✓
11月26日	三	菠菜銀魚滑蛋粥		紫米飯	蔥油雞	玉米炒馬鈴薯	有機蔬菜	冬瓜蛤蠣湯	水果	綠豆薏仁湯		✓
11月27日	四	芝麻包	燕麥豆奶	滷肉飯			高麗菜	香菇雞湯	水果	布丁		✓
11月28日	五	體育表演會補假一天										

*備註：1. 每個月的第一個星期五為蔬食日 2. 每週三提供有機蔬菜 3. 本園一律採用國內在地豬、牛、雞肉
4. 注意易引起過敏之食物(如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、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)

餐點組：陳玉珊

園主任：
教師兼
幼兒園主任 陳詩宜

事務組：
事務組長 王玲

總務主任：
教師兼
總務主任 蕭錦玲

會計主任：
會計室主任 詹凱玲

臺北市大安區龍安國小 校長 鄭福來