

宜蘭縣冬山鄉廣興國民小學附設幼兒園 113 年 11 月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐					下午點心	餐點類別檢核			
			環保餐	照燒豆包	日式蒸蛋	玉米鮮蔬	芋頭西米露		1 全穀 雜糧類	2 豆魚 蛋肉類	3 蔬菜類	4 水果類
1	五	麵包、鮮奶	環保餐	照燒豆包	日式蒸蛋	玉米鮮蔬	芋頭西米露	水果	✓	✓	✓	✓
4	一	肉包、豆漿	白米飯	鮮蔬豬肉片	冬瓜肉末	青菜	芹香花枝丸湯	水果	✓	✓	✓	✓
5	二	翡翠雲吞湯	白米飯	咖哩嫩雞	翡翠雙菇	青菜	紫菜蛋花湯	水果	✓	✓	✓	✓
6	三	蔬菜肉絲粥	特餐	蕃茄肉醬螺旋麵	府城蝦卷*2	青菜	玉米濃湯	水果	✓	✓	✓	✓
7	四	奶皇包、豆漿	白米飯	古早味肉燥	栗子白菜	青菜	榨菜粉絲湯	水果	✓	✓	✓	✓
8	五	麵包、鮮奶	白米飯	凍豆腐燒雞	蕃茄炒蛋	青菜	綠豆饅	水果	✓	✓	✓	✓
11	一	芋泥包、豆漿	白米飯	三杯雞	玉米黑輪	青菜	大頭菜排骨湯	水果	✓	✓	✓	✓
12	二	湯餃	白米飯	味噌鮮魚煮	花椰干片	青菜	甜玉米大骨湯	水果	✓	✓	✓	✓
13	三	擔仔麵	特餐	皮蛋瘦肉粥	照燒肉片	青菜	刈包	水果	✓	✓	✓	✓
14	四	鍋貼、米漿	白米飯	鄉村炸雞	哨子豆腐	青菜	義式蔬菜湯	水果	✓	✓	✓	✓
15	五	麵包、鮮奶	白米飯	白玉黃豆燉肉	節瓜蒸蛋	青菜	花豆芋圓湯	水果	✓	✓	✓	✓
18	一	黑糖饅頭、豆漿	白米飯	洋蔥肉片	螞蟻上樹	青菜	枸杞冬瓜排骨湯	水果	✓	✓	✓	✓
19	二	鮮蔬蘿蔔糕	白米飯	雞肉親子丼	三杯杏鮑菇	青菜	金茸三絲湯	水果	✓	✓	✓	✓
20	三	廣東粥	特餐	湯咖哩烏龍拌麵	椒鹽魚酥雙味	青菜	海帶針菇湯	水果	✓	✓	✓	✓
21	四	豆沙包、米漿	白米飯	蓮藕燒雞	沙茶魚梗	青菜	大醬湯	水果	✓	✓	✓	✓
22	五	麵包、鮮奶	白米飯	香菇肉燥麵筋	玉米炒蛋	青菜	紅豆QQ甜湯	水果	✓	✓	✓	✓
25	一	甜心卷、豆漿	白米飯	照燒肉絲	筍燒油豆腐	青菜	虱目魚丸湯	水果	✓	✓	✓	✓
26	二	芙蓉粉絲湯	白米飯	香酥雞翅	蛋酥高麗菜	青菜	黃瓜玉米湯	水果	✓	✓	✓	✓

27	三	日式拉麵	特餐	培根蛋炒飯	蒲燒鯛魚片	青菜	味噌湯	水果	✓	✓	✓	✓
28	四	燒賣、米漿	白米飯	瓜子肉醬	宮廷醬炒年糕	青菜	鮮蔬蛋花湯	水果	✓	✓	✓	✓
29	五	麵包、鮮奶	環保餐	安東燉雞	醬油蒸蛋	青菜	冬瓜粉圓	水果	✓	✓	✓	✓

備註：

1. 餐點表內每日餐點均含有全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。
2. 食材來源一律使用國產豬肉。

檢核人：

教師兼
幼兒園主任 黃淑禎

園主任：

教師兼
幼兒園主任 黃淑禎

校長：

校長何昶毅