

宜蘭縣冬山鄉廣興國民小學附設幼兒園 114 年 11 月餐點表

114.10.30

日期	星期	上午點心		午餐				下午點心		餐點類別檢核			
				洋蔥雞丁	螞蟻上樹	青菜				冬瓜排骨湯	水果	1 全穀 雜糧類	2 豆、魚、 蛋肉類
3	一	銀絲卷、豆漿	白米飯			青菜		水果		✓	✓	✓	✓
4	二	翡翠雲吞湯	白米飯	糖醋魚排	金珠翠玉	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
5	三	叻仔魚粥	特餐	炒麵麵包	咖哩雞柳	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
6	四	湯包、紅棗茶	白米飯	瓜子肉醬	寧式炒年糕	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
7	五	麵包、鮮奶	環保餐	毛豆素雞米花	芹香炒蛋	珍菇時蔬		水果		✓	✓	✓	✓
10	一	小饅頭、豆漿	白米飯	馬鈴薯燒雞	洋蔥甜不辣	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
11	二	鮮蔬蘿蔔糕	白米飯	照燒肉片	三杯油豆腐	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
12	三	鍋燒烏龍麵	特餐	香鬆拌飯	蒲燒鯛魚片	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
13	四	玉米肉末粥	白米飯	唐揚炸雞	中式甜煮白菜	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
14	五	麵包、鮮奶	白米飯	回鍋肉絲	菜脯蛋	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
17	一	甜心卷、豆漿	白米飯	香菇栗子燒雞	蛋酥高麗菜	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
18	二	雲吞粉絲湯	白米飯	蔥香蒸肉	玉米黑輪	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
19	三	蔬菜肉絲粥	特餐	義大利肉醬麵	茶香滷雞翅	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
20	四	乾麵、紫菜湯	白米飯	椒鹽魚酥	家常豆腐	青菜		水果		✓	✓	✓	✓
21	五	麵包、鮮奶	白米飯	古早味肉醬	紅蘿蔔蒸蛋	青菜		水果		✓	✓	✓	✓

24	一	鮮奶饅頭、豆漿	白米飯	魚香豬柳	黃瓜彩燴	青菜	粉絲蛋花湯	水果	√	√	√	√
25	二	鮮蔬湯餃	白米飯	砂鍋魚	關東煮	青菜	味噌湯	水果	√	√	√	√
26	三	和風湯麵	特餐	玉米芙蓉粥	油腐燒肉	青菜	肉包	水果	√	√	√	√
27	四	廣東粥	白米飯	卡拉雞排	咖哩肉末	青菜	哈佛蔬菜湯	水果	√	√	√	√
28	五	麵包、鮮奶	白米飯	鹹水雞	蕃茄炒蛋	青菜	白木耳甜湯	水果	√	√	√	√
3	一	銀絲卷、豆漿	白米飯	洋蔥雞丁	螞蟻上樹	青菜	冬瓜排骨湯	水果	√	√	√	√
4	二	翡翠雲吞湯	白米飯	糖醋魚排	金珠翠玉	青菜	紫菜蛋花湯	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：

教保員簡霈婷

園主任：

教師兼黃淑禎
幼兒園主任

校長：

校長何祖毅