

# 財團法人國家衛生研究院附設苗栗縣私立幼兒園106年11月份菜單



廚工：陳傳國

日期	週	早點心			午餐						午點心	
		主食	副食	副食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯	水果	主食	副食
11/1	三	蛋餅	豆漿		梅干滷肉	開陽絲瓜	紅絲炒蛋	青菜	榨菜三絲湯	水果	小蛋糕	麥茶
11/2	四	地瓜粥	香菇麵筋	青菜	紅燒肉排	蔬菜咖哩	醬爆豆干	青菜	蘿蔔魚丸湯	水果	水煮玉米	椰漿西米露
11/3	五	全麥饅頭	米漿		肉絲炒麵	香料烤雞腿	青菜1	青菜2	酸菜豬血湯	水果	餡餅	桂圓糯米甜湯
11/6	一	鍋貼	豆漿		清蒸魚	蕃茄炒蛋	吻魚海芽	青菜	味噌豆腐湯	水果	烤地瓜	玉米濃湯
11/7	二	芙蓉蔬菜粥	滷油豆腐	青菜	夏威夷炒飯	脆瓜玉米	蔬香豆干	青菜	青菜蛋花湯	水果	油蔥河粉湯	
11/8	三	奶黃包	米漿		養生飯+京醬燒肉	季豆香胗	沙茶冬粉	青菜	香菇雞湯	水果	油飯	蛋花湯
11/9	四	抓餅	米漿		香烤雞腿	沙茶素雞	瓜仔肉	青菜	朴菜筍片湯	水果	小銀絲卷	麥片甜湯
11/10	五	糙米飯糰	豆漿		金菇豬柳	枸杞冬瓜	油燜筍干	青菜	榨菜素茸湯	水果	綜合甜湯圓	
11/13	一	蛋餅	豆漿		照燒滷肉	醬燒甜不辣	西芹肉絲	青菜	雙色蘿蔔湯	水果	白珍珠	味噌豆腐湯
11/14	二	蔬菜蛋吐司	鮮奶		清蒸魚	紹子豆腐	爆蒜南瓜	青菜	大瓜丸片湯	水果	魚丸細粉湯	
11/15	三	銀魚翡翠粥	肉鬆	青菜	雞柳炒烏龍麵	三杯素肚	枸杞蒸蛋	青菜	紫菜湯	水果	葡萄乾吐司	地瓜西米露
11/16	四	高麗菜包	豆漿		蔥爆肉片	海帶百頁	小瓜杏菇	青菜	冬菜粉絲湯	水果	茶葉蛋	紅豆QQ
11/17	五	薯泥大亨堡	阿華田		油蔥雞絲飯	鮮菇玉米	黃金薯條	青菜	蔬菜蛋花湯	水果	關東煮	
11/20	一	河粉蛋餅	米漿		瓜仔肉排	咖哩洋芋	枸杞花椰	青菜	四神湯	水果	蔥油派	冬瓜茶
11/21	二	法式吐司	豆漿		蜜汁烤雞腿	紅燒冬瓜	螞蟻上樹	青菜	玉米蛋花湯	水果	黑糖捲	雙豆粉條湯
11/22	三	蒸餃	米漿		養生飯+筍干滷肉	花生麵筋	刺瓜丸片	青菜	紫菜豆腐湯	水果	烤地瓜	鳳梨西米露
11/23	四	竹筍肉末粥	蔬菜煎蛋	青菜	紅燒雞肉	紅蘿蔔炒蛋	京醬豆腸	青菜	朴香筍絲湯	水果	肉羹麵線	
11/24	五	蘿蔔糕	豆漿		台式炒麵	清蒸魚片	香酥龍鳳腿	青菜	銀蘿蔔丸湯	水果	韭菜盒	營養麥片
11/27	一	起司蛋餅	豆漿		香滷雞腿	翠瓜炒菇	蘿蔔麵輪	青菜	味噌豆腐湯	水果	紅豆紫米粥	
11/28	二	花生吐司	米漿		木耳燒肉	魚香豆腐	咖哩白花	青菜	玉米濃湯	水果	餛飩麵湯	
11/29	三	蔥抓餅	豆漿		養生飯+香酥蝦排	蘿蔔炒蛋	青花菇菇	青菜	薑絲冬瓜湯	水果	鮮肉包	綠豆沙珍珠湯
11/30	四	刈包夾蛋	米漿		肉絲炒飯	三杯素肚	肉醬洋芋	青菜	竹筍大骨湯	水果	鹹蘿蔔糕湯	