

桃園市立楊梅幼兒園 114年11月 菜單總表

週別	日期	星期	三章一Q	早上點心				午餐				營養成分(份數)							
				鮮奶	芋泥包	紅扁豆飯	主菜	副菜	青菜	湯	水果	全穀	豆乳	蔬菜	油脂	熱量			
第10週	11/3	一	V	鮮奶	芋泥包	紅扁豆飯	香菇肉燥	洋芋海苔燒	溯源青菜	牛蒡三絲湯	肉羹湯麵	水果	5.3	1.5	0.5	1.0	2.0	719	
	11/4	二	V	鮮奶	芋泥包	芝麻飯	日式照燒雞	家常豆腐	溯源青菜	木瓜大骨湯	仙草蜜	水果	4.7	2.1	0.0	1.1	1.0	1.9	740
	11/5	三	V	鮮奶	芋泥包	糙米飯	魚香肉絲	蔬拌花生	溯源青菜	白玉豚骨湯	慶生蛋糕	水果	5.0	1.2	0.0	1.4	1.0	2.4	643
	11/6	四	V	鮮奶	芋泥包	紅藜飯	毛豆丁丁	紅脆海帶絲	溯源青菜	味噌蛋花湯	綠豆QQ湯	水果	4.8	1.2	0.0	1.2	1.0	1.8	657
	11/7	五	V	鮮奶	芋泥包	特餐	豚骨拉麵	滷翅腿	-	-	立冬:四神排骨湯	水果	5.2	1.9	0.0	1.2	1.0	1.8	678
第11週	11/10	一	V	鮮奶	芋泥包	香Q白飯	三杯雞	蛋香蘿蔔絲	溯源青菜	薑絲紫菜湯	南瓜燻肉粥	水果	5.0	1.7	0.0	1.1	1.0	2.0	655
	11/11	二	V	鮮奶	芋泥包	小米飯	鹹冬瓜蒸魚	芋香白菜湯	溯源青菜	枸杞蓮藕湯	珍珠豆花	水果	5.0	1.8	0.0	1.0	1.0	2.0	720
	11/12	三	V	鮮奶	芋泥包	糙米飯	紅燒肉	蒜香小魚豆干	溯源青菜	冬瓜豚骨湯	油蔥肉燥麵	水果	4.8	2.0	0.5	1.4	1.0	1.7	718
	11/13	四	V	鮮奶	芋泥包	麥片飯	蔥燒豆腐	扁蒲炒木耳	溯源青菜	田園蔬菜湯	紅豆紫米湯	水果	4.7	1.5	0.0	1.4	1.0	1.7	673
	11/14	五	V	鮮奶	芋泥包	特餐	咖哩豬肉炒飯	銀芽雞絲	-	鮮菇嫩肉煲	什錦米粉湯	水果	5.0	1.5	0.0	1.3	1.0	1.7	652
第12週	11/17	一	V	鮮奶	芋泥包	香鬆飯	海結燒雞	鮮蔬百頁	溯源青菜	豆薯豚骨湯	米苔目鹹湯	水果	4.5	1.6	0.5	1.2	1.0	1.7	662
	11/18	二	V	鮮奶	芋泥包	蕎麥飯	豬肉丼	黃瓜燴四喜	溯源青菜	黃芽金菇湯	芹香魚肉粥	水果	5.1	1.6	0.0	1.3	1.0	2.0	660
	11/19	三	V	鮮奶	芋泥包	芝麻飯	沙茶雞丁	酸菜麵腸	溯源青菜	白菜銀魚羹	地瓜QQ湯	水果	5.1	1.5	0.0	1.2	1.0	1.9	705
	11/20	四	V	鮮奶	芋泥包	糙米飯	拌炒素雞	懷舊蒸蛋	溯源青菜	昆布蔬菜湯	洋芋通心粉	水果	5.2	1.8	0.0	1.1	1.0	1.7	663
	11/21	五	V	鮮奶	芋泥包	特餐	中華炒麵	香拌高麗菜	-	大滷湯	福圓銀耳湯	水果	4.8	1.5	0.0	1.0	1.0	1.8	675
第13週	11/24	一	V	鮮奶	芋泥包	麥片飯	麻油鮮蔬雞	珍菇燴冬瓜	溯源青菜	桂筍佳翁湯	和風關東煮	水果	5.1	1.7	0.0	1.8	1.0	2.0	680
	11/25	二	V	鮮奶	芋泥包	紫米飯	豆瓣魚肉	紅燒南瓜	溯源青菜	結頭大骨湯	米苔目甜湯	水果	4.8	1.8	0.0	1.0	1.0	1.8	697
	11/26	三	V	鮮奶	芋泥包	糙米飯	醬燒豬肉	玉米肉茸	溯源青菜	酸白菜豆腐湯	台式鹹粥	水果	5.2	1.5	0.0	1.1	1.0	2.0	654
	11/27	四	V	鮮奶	芋泥包	五穀飯	香菇素燥	蒜香花椰	溯源青菜	海芽蛋花湯	蔬菜豆腐煲	水果	5.0	1.3	0.5	1.2	1.0	1.8	679
	11/28	五	V	鮮奶	芋泥包	特餐	家鄉滷肉飯	佃煮麵輪	-	冬菜豚骨湯	燒仙草	水果	4.7	1.6	0.0	1.0	1.0	2.0	686

※菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品、(O)表示生產追溯溯QR code、(T)表示產銷履歷菜單皆符合三章一Q申請。

※食材一律使用國產鮮肉品及非基改食材，未使用輻射汙染食品。

※可能含過敏原:甲殼、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類及其製品，及使用亞硫酸鹽類等。

確認:

※若遇不可抗拒之天然災害導致影響產地農產品之收成，本公司可適度與校方共議調整菜單。

※實際供應菜色依每月提供月菜單為主。

