宜蘭縣109年11月南澳鄉立幼兒園幼兒園菜單

日期	星期	早點心	飲品	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	午點心	水果飲品
2	一	芝麻包	低糖豆漿	白米飯	雪蓮子肉燥	沙茶豬炒白菜	時令青菜	番茄蛋花湯		海芽小魚粥	水果
3	二	魚丸米粉湯		糙米飯	三杯魚丁	麻婆豆腐	時令青菜	黃瓜大骨湯	水果	高麗菜肉餅煎	紫菜蛋花湯
4	三	吐司夾蔥花蛋	鮮奶	特餐	夏威夷炒飯	番茄燒雞	時令青菜	海帶結排骨湯		蔬菜雞蛋意麵	水果
5	四	水煮蛋	田園蔬菜湯	糙米飯	照燒豬肉	鮮菇三色	時令青菜	柴魚味噌豆腐湯	水果	山藥排骨糙米粥	
6	五	筍香肉包	枸杞茶	白米飯	豆包花椰	塔香紅蘿蔔炒蛋	時令青菜	紅豆西米露		水果三樣	
9	一	蒸蘿蔔糕	低糖豆漿	白米飯	油蔥雞	玉筍鮮蔬	時令青菜	田園蔬菜湯		香菇肉羹麵	水果
10	二	蔥抓餅	蛋花湯	糙米飯	香酥旗魚排	咖哩洋蔥肉末	時令青菜	刈菜雞湯	水果	蔬菜排骨糙米粥	
11	三	珍珠丸子	低糖豆漿	特餐	滿福麵線糊	蔥燒肉片	時令青菜	刈包		翡翠雲吞湯	水果
12	四	葡萄乾吐司	鮮奶	糙米飯	咕咾肉	燒白菜	時令青菜	越式豬肉粉絲湯	水果	洋蔥蛋蓋飯	味噌海帶芽湯
13	五	水果三樣		白米飯	沙茶凍豆腐	洋蔥炒蛋	時令青菜	芋香薏仁湯		什錦板條	
16	一	湯包	低糖豆漿	白米飯	樹子蒸魚	田園鮮蔬	時令青菜	甜玉米雞湯		義大利番茄肉醬麵	水果
17	二	水餃	蛋花湯	糙米飯	麻油雞	芹香肉末海茸	時令青菜	山藥排骨湯	水果	廣東粥	
18	三	小饅頭夾蛋	低糖豆漿	特餐	義大利肉醬麵	鹽酥雞		玉米濃湯		鹹米苔目	水果
19	四	爆漿小餐包	鮮奶	糙米飯	韓式泡菜肉片	螞蟻上樹	時令青菜	金茸肉絲湯	水果	飯糰	紫菜豆腐湯
20	五	芹香花枝丸片米粉		白米飯	塔香豆干	小黃瓜玉米炒蛋	時令青菜	紅豆紫米湯		水果三樣	
23	一	脆片鮮奶		白米飯	沙茶雞柳	珍珠三色	時令青菜	白菜豆腐湯		番茄滑蛋麵	水果
24	二	鍋貼	決明子茶	糙米飯	味噌燒肉片	金茸麵筋燒白菜	時令青菜	馬賽魚湯	水果	奶香蔬菜通心麵濃湯	
25	三	黑糖饅頭	低糖豆漿	特餐	赤肉羹麵	黃金柳葉魚	時令青菜	彩繪肉片		雞茸三色粥	水果
26	四	燒賣	蛋花湯	糙米飯	義式風味雞翅	客家小炒	時令青菜	鄉村蔬菜清湯	水果	榨菜肉絲湯麵	
27	五	麻油麵線	蔬菜蛋花湯	白米飯	蘿蔔滷豆包	芙蓉蒸蛋	時令青菜	黑糖地瓜湯		水果三樣	
30	一	蔥花捲饅頭	低糖豆漿	白米飯	咖哩雞丁	高麗菜炒肉片	時令青菜	海帶芽蛋花湯		香芋鹹粥	水果

廠商：永鴻商號　　營養師：呂雅萍

※本園一律使用國產豬肉食材