

# 114 年 11 月美味餐點

| 日期    | 星期 | 早上點心    | 中午餐點                  |       |        |       |        |      | 下午點心     |  |
|-------|----|---------|-----------------------|-------|--------|-------|--------|------|----------|--|
| 1~2   | 六日 | 週休二日    |                       |       |        |       |        |      |          |  |
| 3     | 一  | 古早味蘿蔔糕湯 | 咖哩雞肉飯(紅蘿蔔、馬鈴薯、雞丁、花椰菜) |       |        |       | 番茄蛋花湯  | 時令水果 | 草莓吐司+養生茶 |  |
| 4     | 二  | 養生地瓜湯   | 有機燕麥飯                 | 吮指雞塊  | 椰瓜香蛋   | 時令蔬菜  | 紅棗香菇雞湯 | 時令水果 | 什錦通心麵    |  |
| 5     | 三  | 清粥肉鬆    | 有機白米飯                 | 蔥燒鮮魚  | 三杯杏鮑菇  | 蝦米高麗菜 | 蘿蔔海帶湯  | 時令水果 | 黑糖芋圓甜湯   |  |
| 6     | 四  | 紅豆紫米粥   | 藜麥糙米飯                 | 蔬菜海鮮餅 | 魚板蒸蛋   | 脾胃白菜  | 冬瓜薑絲湯  | 時令水果 | 番茄雞蛋麵    |  |
| 7     | 五  | 香甜花生湯   | 香甜地瓜飯                 | 塔香燒雞  | 蒜香筍絲   | 鮮菇燴絲瓜 | 味噌豆腐湯  | 時令水果 | 什錦魷魚羹    |  |
| 8~9   | 六日 | 週休二日    |                       |       |        |       |        |      |          |  |
| 10    | 一  | 營養牛奶脆片  | 香Q紅藜飯                 | 糖醋魚片  | 小黃瓜海帶絲 | 蒜香高麗菜 | 山藥枸杞湯  | 時令水果 | 貢丸湯煮麵    |  |
| 11    | 二  | 菠菜吻仔魚粥  | 茄汁肉醬螺旋麵(番茄、洋蔥、紅蘿蔔)    |       |        |       | 玉米濃湯   | 時令水果 | 菠蘿麵包+養生茶 |  |
| 12    | 三  | 椰汁西米露   | 芝麻五穀飯                 | 彩椒雞丁  | 醬燒豆干   | 熱炒青菜  | 鮮菇玉米湯  | 時令水果 | 雞蛋麵線     |  |
| 13    | 四  | 竹筍鹹粥    | 有機燕麥飯                 | 吮指雞塊  | 香蔥煎蛋   | 蒜香菠菜  | 番茄羅宋湯  | 時令水果 | 薑汁豆花     |  |
| 14    | 五  | 綠豆燕麥    | 海苔香鬆飯                 | 薑汁魚片  | 紅燒麵輪   | 銀魚苧菜  | 筍片魚丸湯  | 時令水果 | 什錦關東煮    |  |
| 15~16 | 六日 | 週休二日    |                       |       |        |       |        |      |          |  |
| 17    | 一  | 香菇肉燥麵   | 五穀胚芽飯                 | 馬鈴薯燉雞 | 螞蟻上樹   | 熱炒A菜  | 結頭菜雞湯  | 時令水果 | 滑蛋雞茸粥    |  |
| 18    | 二  | 芋圓紫米粥   | 有機白米飯                 | 香滷小腸翅 | 火腿玉米丁  | 時令時蔬  | 大黃瓜菇菇湯 | 時令水果 | 紅豆小湯圓    |  |
| 19    | 三  | 台南擔仔麵   | 夏威夷蛋炒飯(蝦仁、三色豆、蛋絲、鳳梨)  |       |        |       | 玉米豆腐湯  | 時令水果 | 茶葉蛋+麥茶   |  |
| 20    | 四  | 蔬菜冬粉湯   | 香甜地瓜飯                 | 和風叉燒肉 | 番茄蝦仁燴蛋 | 木須白菜  | 海帶芽蛋花湯 | 時令水果 | 什錦通心粉    |  |
| 21    | 五  | 芝麻脆餅+牛奶 | 香Q五穀飯                 | 三杯雞丁  | 茄汁豆皮   | 蒜香高麗菜 | 昆布豆腐湯  | 時令水果 | 絲瓜麵線     |  |
| 22~23 | 六日 | 週休二日    |                       |       |        |       |        |      |          |  |
| 24    | 一  | 芙蓉雞絲麵   | 藜麥糙米飯                 | 奶油燻雞丁 | 醬燒冬瓜   | 熱炒青菜  | 香菇紅棗雞湯 | 時令水果 | 杏仁粉條     |  |
| 25    | 二  | 紅豆麥片    | 芝麻五穀飯                 | 香菇瓜仔肉 | 香滷鵝蛋   | 鮮菇青菜  | 馬鈴薯濃湯  | 時令水果 | 肉燥米粉湯    |  |
| 26    | 三  | 銀絲卷+麥茶  | 海苔香鬆飯                 | 紅燒獅子頭 | 蔥燒嫩豆腐  | 蝦米高麗菜 | 金針排骨湯  | 時令水果 | 田園蔬菜粥    |  |
| 27    | 四  | 香菇雞粥    | 鮮肉大水餃(高麗菜、豬肉)         |       |        |       | 竹筍貢丸湯  | 時令水果 | 清涼仙草蜜    |  |
| 28    | 五  | 蘑菇玉米濃湯  | 有機白米飯                 | 香滷棒棒腿 | 甜豆炒蝦仁  | 韭菜銀芽  | 紫菜蛋花湯  | 時令水果 | 綠豆西米露    |  |
| 29~30 | 六日 | 週休二日    |                       |       |        |       |        |      |          |  |