**正和書院附設光明幼兒園 103年11月份菜單**



|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 早上點心 | 午餐 | 下午點心 |
| 3 | 一 | 季節水果 | 紅燒麵 |  | 核桃/葡萄乾麵包養生茶 |
| 4 | 二 | 三杯杏鮑菇、芝麻四季豆、有機蔬菜 | 玉米湯 | 芋頭西米露 |
| 5 | 三 | 彩色咖哩、鮮菇銀芽、有機蔬菜 | 海帶湯 | 米粉湯 |
| 6 | 四 | 紅燒蘿蔔、雙色花椰、有機蔬菜 | 豆皮湯 | 清粥 |
| 7 | 五  | 香椿豆腐、炒大黃瓜、有機蔬菜 | 牛蒡湯 | 地瓜湯 |
| 10 | 一 | 什錦炒麵 | 鮮筍湯 | 菜包養生茶 |
| 11 | 二 | 酸菜麵腸、素火腿三絲、有機蔬菜 | 丸子湯 | 玉米濃湯 |
| 12 | 三 | 綜合滷味、炒高麗、有機蔬菜 | 蕃茄湯 | 陽春麵 |
| 13 | 四 | 香菇素燥、鮮甜玉米粒、有機蔬菜 | 大黃瓜湯 | 水餃 |
| 14 | 五 | 清蒸豆腐、番茄燴綠花椰、有機蔬菜 | 紫菜湯 | 白木耳桂圓 |
| 17 | 一 | 綜合湯麵 |  | 饅頭養生茶 |
| 18 | 二 | 海帶花生、茭白筍、有機蔬菜 | 枸杞冬瓜湯 | 麵線糊 |
| 19 | 三 | 素東坡、芹菜蘿蔔絲、有機蔬菜 | 藥膳湯 | 八寶牛奶 |
| 20 | 四 | 滷香筍丁、瓠瓜絲、有機蔬菜 | 高麗菜絲湯 | 南瓜粥 |
| 21 | 五 | 蕃茄豆腐、鮮三絲、有機蔬菜 | 菜頭湯 | 紅豆湯 |
| 24 | 一 | 烏龍炒麵 | 味噌湯 | 養生茶饅頭 |
| 25 | 二 | 糖醋豆包、西芹秀珍菇、有機蔬菜 | 什錦湯 | 麻油麵線 |
| 26 | 三 | 榨菜彩絲、玉米筍、有機蔬菜 | 山藥湯 | 菜頭粿湯 |
| 27 | 四 | 香椿三色、芝麻毛豆、有機蔬菜 | 冬粉湯 | 蘑菇濃湯 |
| 28 | 五 | 滷豆腐、鮮蔬總燴、有機蔬菜 | 金針菇湯 | 綠豆薏仁 |