

**正和書院附設臺中市私立光明幼兒園**

**106年11月份菜單**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 早上點心 | 午餐 | 下午點心 |
| 1 | 三 |  | 梅干素肉燥、敏豆三色丁、有機蔬菜 | 什錦鮮筍湯 | 紅豆湯 |
| 2 | 四 | 滷翠玉大白菜、炒三色豆干絲、有機蔬菜 | 藥膳山藥 | 鹹粥 |
| 3 | 五 | 紅燒豆腐、香菇燴洋芋、有機蔬菜 | 豆腐味增湯 | 玉米濃湯 |
| 6 | 一 | 素肉焿麵 |  | 養生茶饅頭 |
| 7 | 二 | 糖醋豆包、咖哩蔬菜冬粉、有機蔬菜 | 芹菜蕃茄湯 | 綠豆湯 |
| 8 | 三 | 酸菜麵腸、炒銀芽三絲、有機蔬菜 | 香菇冬瓜湯 | 麵線糊 |
| 9 | 四 | 香菇素肉燥、小黃瓜三色丁、有機蔬菜 | 味噌海帶湯 | 芋頭西米露 |
| 10 | 五 | 蕃茄豆腐、珍菇燴小黃瓜、有機蔬菜 | 大黃瓜豆腐湯 | 素香湯麵 |
| 13 | 一 | 紅燒麵 |  | 養生茶饅頭 |
| 14 | 二 | 香菇滷蘿蔔、玉米三色丁、有機蔬菜 | 蘿蔔海帶湯 | 雞絲湯 |
| 15 | 三 | 瓜仔素肉燥、客家小炒、有機蔬菜 | 酸菜鮑菇湯 | 白木耳湯 |
| 16 | 四 | 紅燒豆干、雙色花椰菜、有機蔬菜 | 猴頭菇冬瓜湯 | 四喜紅豆粥 |
| 17 | 五 | 乾煎豆腐、秀珍菇炒豆薯、有機蔬菜 | 豆腐味噌湯 | 芋頭米粉湯 |
| 20 | 一 | 烏龍炒麵 | 什錦蔬菜湯 | 養生茶饅頭 |
| 21 | 二 | 素東坡、五彩黑豆、有機蔬菜 | 時蔬羅宋湯 | 紅豆西米露 |
| 22 | 三 | 海帶滷豆干、高麗菜燒粉絲、有機蔬菜 | 牛蒡胡蘿蔔湯 | 烏龍湯麵 |
| 23 | 四 | 糖醋麵腸、三菇鮮炒、有機蔬菜 | 什錦鮮筍湯 | 玉米濃湯 |
| 24 | 五 | 滷豆豉豆腐、百菇銀芽、有機蔬菜 | 山藥鮮菇湯 | 地瓜湯 |
| 27 | 一 | 什錦湯麵 |  | 養生茶饅頭 |
| 28 | 二 |  古早味菜埔、馬鈴薯三杯、有機蔬菜 | 五色蔬果湯 |  雞絲麵 |
| 29 | 三 | 香菇燒蘿蔔、糖醋麵腸、有機蔬菜 | 絲瓜湯 | 紅豆西米露 |
| 30 | 四 |  | 香菇素燥、豆干炒三絲、有機蔬菜 | 猴頭冬瓜湯 | 鹹粥 |