

2026年功文成長雪泥幼兒園11月營養餐點

日期	星期	營養早餐		美味午餐						下午點心	
2	一	葡萄吐司	濃豆漿	超人氣甜味咖哩飯				蘿蔔大骨湯	水果	青蔬陽春麵	
3	二	台式鹹粥		薑黃/彩虹飯	紅燒獅子頭	紅蘿蔔炒蛋	時蔬	紫菜蛋花湯	水果	五香鷹嘴豆	
4	三	五行雞絲麵		紅藜/養生飯	打拋豬肉	客家小炒	時蔬	薑絲南瓜湯	水果	方塊酥	羅漢茶
5	四	雞蓉小米粥		開陽白菜肉絲炒烏龍麵				冬瓜大骨湯	水果	吻仔魚粥	
6	五	五穀饅頭	芝麻漿	小米/活力飯	南瓜雞丁	紅燒豆腐	時蔬	白玉排骨湯	水果	紅豆燕麥湯	
9	一	鮮菇嫩絲湯麵		錦繡肉絲蛋炒飯				大黃瓜排骨湯	水果	鮮肉雲吞湯	
10	二	滑蛋四喜粥		綠花椰/彩虹飯	蔭瓜仔肉	芙蓉蒸蛋	時蔬	牛蒡藥膳湯	水果	三絲豆皮麵線	
11	三	紅豆吐司		戶外教學-袖珍博物館						芝麻餅	冬瓜茶
12	四	地瓜小米粥		拿破崙義大利麵				玉米濃湯	水果	芹菜香芋粥	
13	五	白玉饅頭	南瓜漿	地瓜/活力飯	香滷雞絲	醬燒豆干	時蔬	瓠瓜排骨湯	水果	紫米甜粥	
16	一	葡萄吐司	濃豆漿	家常豆腐燴飯					水果	百菇鮮湯麵	
17	二	彩蔬營養粥		紅蘿蔔/彩虹飯	高升排骨	洋蔥炒蛋	時蔬	海芽味噌湯	水果	冬菜細粉湯	
18	三	薑末絲瓜麵線		薏仁/養生飯	高麗菜乾肉	薑絲拌木耳	時蔬	鄉村羅宋湯	水果	慶生會	
19	四	黃金小米粥		眷村炸醬麵/川燙小黃瓜				木須酸辣湯	水果	瓠瓜肉末粥	
20	五	黑糖饅頭	薏仁漿	綠豆/活力飯	糖醋雞柳	玉米炒蛋	時蔬	金針排骨湯	水果	地瓜西米露	
23	一	紅豆吐司	濃豆漿	五彩什錦蛋炒飯				莧菜蛋花湯	水果	蔥香肉燥麵	
24	二	薑絲南瓜粥		薑黃/彩虹飯	洋蔥炒肉絲	菜脯烘蛋	時蔬	鮮菇大骨湯	水果	米苔目湯	
25	三	三絲細麵		燕麥/養生飯	紅白蘿蔔燉肉	三色干絲	時蔬	白玉肉羹湯	水果	數字餅	麥茶
26	四	高麗菜小米粥		古早味南瓜炒米粉				番茄蛋花湯	水果	皮蛋瘦肉粥	
27	五	五穀饅頭	地瓜漿	小米/活力飯	茄香雞丁	麻婆豆腐	時蔬	三絲排骨湯	水果	綠豆薏仁湯	
30	一	葡萄吐司	濃豆漿	香菇肉羹燴飯					水果	油豆腐湯麵	

備註：

◎餐點內容配合時令季節設計，如遇特殊狀況將會適時彈性微調。

◎本園一律使用國產豬食材並提供優良廠商供應證明；本園黃豆製品均採用非基因改造食材。

◎慶生會為當月壽星準備【小雞腿】一份，其他幼生【有機養生蛋】一顆。

◎本園提供之甜湯及飲品，皆以無糖或微糖為熬煮調製原則，豆漿類則為自製飲品。

◎飯類：彩虹飯(有機薑黃粉、紅蘿蔔汁、紫高麗菜汁、菠菜汁/青蔬汁等)、活力飯(黃豆、小米、綠豆、紅豆、地瓜、南瓜…等）、養生飯（糙米、黑芝麻、燕麥、紅藜、紫米、薏仁、鷹嘴豆、三色藜麥等)。

◎時令青蔬：高麗菜、萵苣、地瓜葉、花椰菜、芥蘭、南瓜、白菜…等。

◎時令水果：香蕉、蘋果、火龍果、木瓜、橘子、芭樂…等。