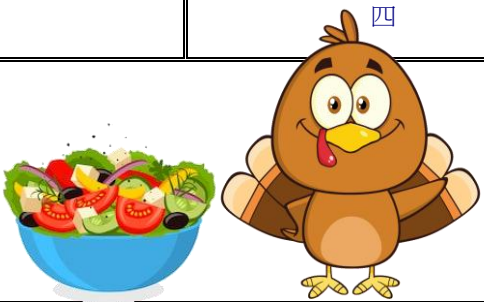


2019 年 11 月餐飲計劃表



日	一	二	三	四	五	六
	● 每日飯後均有時令水果，補充健康天然維生素並幫助幼生消化。 ● 以下餐點如有異動，請以當日實際提供為主。 				1 黑糖饅頭、牛奶 米飯、滷味拼盤、洋蔥炒肉絲、 清炒時蔬、湯：大黃瓜丸子湯 香筍鮮肉包	2
3	4 五穀營養早餐脆片、牛奶 肉絲蛋炒飯、青炒時蔬、 湯：芹菜貢丸湯 菠蘿麵包	5 皮蛋瘦肉粥 米飯、卡啦雞腿、蔥燒嫩豆腐、青 炒時蔬、湯：番茄蛋花湯 法式吐司	6 草莓三明治、豆漿 米飯、京醬肉絲、韭黃雞絲、青炒 時蔬、海帶排骨湯 雜糧饅頭	7 奶油小餐包 滷肉飯、鮑菇青江菜、香炒豆乾 湯：蛤利冬瓜湯 玉米粥	8 燒賣、豆漿 香甜咖哩雞肉飯、青炒時蔬、 湯：蔬菜湯 起司三明治	9
10	11 香菇肉絲粥 米飯、洋蔥炒肉片、糖醋甜不辣、 青炒時蔬、湯：玉米濃湯 牛角麵包	12 杯型小蛋糕、牛奶 什錦炒烏龍麵 湯：洋蔥蔬菜濃湯 綜合關東煮	13 蛋餅、豆漿 米飯、青花炒肉絲、綜合台式滷 味、青炒時蔬、湯：筍片排骨湯 葡萄乾吐司	14 小籠包、牛奶 高纖五穀糙米飯、龍鳳腿、芙蓉蒸 蛋、青炒時蔬、湯：大黃瓜湯 榨菜肉絲麵	15 餛飩湯 米飯、橙汁雞排、香燜冬瓜、青 炒時蔬、湯：味噌湯 可口鮮肉包	16
17	18 小籠包、牛奶 米飯、炸豬排、番茄炒蛋、青炒 時蔬、湯：冬瓜湯 糙米排骨粥	19 蘿蔔糕、豆漿 米飯、檸檬雞柳條、紅燒花生麵筋、 青炒時蔬、湯：肉羹湯 法式吐司	20 壽桃：豆漿 高纖五穀糙米飯、蠔油豬柳、洋蔥 炒蛋、青炒時蔬、湯：大黃瓜湯 乾拌麵	21 果醬吐司、牛奶 什錦肉絲蛋炒飯、青炒時蔬 湯：黃豆芽排骨湯 黑糖饅頭	22 雞茸玉米粥 米飯、肉末蒸蛋、豆干炒榨菜、 青炒時蔬、湯：蓮藕大骨湯 牛角麵包	23
24/ 31	25 玉米片、牛奶 滷肉飯、什錦蒸蛋、清炒時蔬 湯：紫菜湯 香菇高麗菜瘦肉粥	26 黑糖饅頭、豆漿 米飯、沙茶肉片、開陽白菜、青炒 時蔬、湯：海帶排骨湯 奶皇包	27 奶油餐包、牛奶 米飯、洋菇炒碗豆、五香滷肉、青 炒時蔬、湯：味噌湯 牛奶饅頭	28 蛋土司、牛奶 感恩節午餐 菜包	29 玉米蛋餅、豆漿 米飯、洋蔥炒肉絲、玉米蒸蛋、 清炒時蔬、湯：蘿蔔貢丸湯 菠蘿麵包	30