

臺南市私立資優生幼兒園 111學年度 5月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	蛋類	肉類	豆類	蔬菜類	水果類
			主食	水果							
5/8	一	鍋燒意麵(蛋、肉絲、小白菜、花枝)	玉米肉絲蛋炒飯(玉米、洋蔥、紅蘿蔔、蛋、肉絲、青豆)、蒸魚片、香菇排骨湯	芭樂	紅豆薏仁湯	○	○	○	○	○	○
5/9	二	紅豆吐司、牛奶	五穀飯、五香豆干滷肉(五花肉、豆干丁、紅蘿蔔)、菠菜、玉米蛋花湯	芭樂	麻油麵線(高麗菜、肉絲、蛋)	○	○	○	○	○	○
5/10	三	鮮奶饅頭、豆漿	地瓜飯、筍干滷肉(五花肉、筍干)、尼龍菜、薑絲魚肉湯	芭樂	紫米紅豆湯圓	○	○	○	○	○	○
5/11	四	奶酥吐司、牛奶	糙米飯、麻油雞(杏鮑菇、雞肉、紅蘿蔔)、油菜、紫菜蛋花湯	芭樂	玉米濃湯(玉米、蛋、洋蔥)	○	○	○	○	○	○
5/12	五	芋頭鹹粥(香菇、芋頭、肉絲、蔥)	印度咖哩雞(馬鈴薯、紅蘿蔔、高麗菜)、豆腐味噌湯	芭樂	黑糖小珍珠	○	○	○	○	○	○
5/15	一	鮮奶饅頭、豆漿	鮭魚蛋炒飯(玉米、肉絲、紅蘿蔔、洋蔥、玉米、蛋、鮭魚)、山藥排骨湯	小玉西瓜	綠豆湯	○	○	○	○	○	○
5/16	二	草莓吐司、牛奶	地瓜飯、冬瓜滷肉(五花肉、冬瓜、紅蘿蔔)、菠菜、山東白菜豆腐湯	小玉西瓜	蔬菜冬粉(小白菜、蛋、肉絲、花枝)	○	○	○	○	○	○
5/17	三	南瓜雞肉粥(南瓜、雞肉、香菇、蔥)	五穀飯、蒜頭雞(杏鮑菇、蒜頭、紅蘿蔔、雞肉)、空心菜、榨菜肉絲湯	小玉西瓜	芋頭西米露	○	○	○	○	○	○
5/18	四	小餐包、牛奶	糙米飯、蠔油豆干肉絲(肉絲、豆干、蔥)、菠菜、金針菇蛤仔湯	木瓜	香菇肉羹(香菇、肉羹、大白菜)	○	○	○	○	○	○
5/19	五	肉絲炒麵(肉絲、小白菜、花枝)	廣東粥(魚肉、皮蛋、肉絲、花枝、高麗菜、蔥)	木瓜	紅豆紫米粥	○	○	○	○	○	○
5/22	一	玉米雞蓉粥(雞肉、玉米、高麗菜、蛋)、肉鬆	番茄肉絲蛋炒飯(玉米、肉絲、紅蘿蔔、蛋、青豆)、煎虱目魚柳、玉米排骨湯	鳳梨	滑蛋麵線	○	○	○	○	○	○
5/23	二	芋頭吐司、牛奶	地瓜飯、客家小炒(豆干、魷魚、五花肉)、空心菜、豆薯蛋花湯	鳳梨	蘿蔔糕湯(豆芽菜、木耳、肉絲、蘿蔔糕、紅蘿蔔)	○	○	○	○	○	○
5/24	三	芝麻饅頭、豆漿	糙米飯、三杯雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉)、油菜、翡翠魚丸湯	鳳梨	檸檬愛玉	○	○	○	○	○	○
5/25	四	葡萄吐司、牛奶	五穀飯、海帶滷肉(紅蘿蔔、五花肉、海帶)、尼龍菜、大黃瓜肉片湯	芭樂	芙蓉湯餃(紅蘿蔔、木耳、蛋、鮮肉水餃、高麗菜)	○	○	○	○	○	○
5/26	五	海鮮米粉湯(小白菜、花枝、蝦米)	白醬菇菇飯(紅蘿蔔、馬鈴薯、杏鮑菇、肉絲、高麗菜)、筍絲排骨湯	芭樂	燕麥薏仁粥	○	○	○	○	○	○
5/29	一	烏龍湯麵(蟹肉棒、肉絲、小白菜)	肉絲蛋炒飯(玉米、蛋、肉絲、蔥)、白玉排骨湯	芭樂	綠豆地瓜湯	○	○	○	○	○	○
5/30	二	紅豆吐司、豆漿	香菇肉燥飯(紅蘿蔔、香菇、黑輪、絞肉)、尼龍菜、豆腐味噌湯	芭樂	時蔬炒麵(豆芽、小白菜、高麗菜、肉絲、蛋)	○	○	○	○	○	○
5/31	三	黑糖饅頭、豆漿	甜醬咖哩豬肉(馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、肉絲)、高麗菜、豆薯肉絲湯	木瓜	牛奶餅乾、決明子茶	○	○	○	○	○	○
6/1	四	全麥吐司、牛奶	麻油雞(杏鮑菇、雞肉、紅蘿蔔)、炒油菜、冬瓜蛤仔湯	木瓜	日式關東煮(白蘿蔔、木耳、黑輪)	○	○	○	○	○	○
6/2	五	海帶芽蟹肉粥(蔥、蟹肉、肉絲、海帶芽)	什錦粥(玉米、魚板、蔥、紅蘿蔔絲、香菇、肉絲、高麗菜)	木瓜	清涼仙草蜜	○	○	○	○	○	○
6/5	一	台式大滷麵(香菇、木耳、胡蘿蔔絲、豬肉、白菜、蛋)	洋蔥肉絲蛋炒飯(肉絲、玉米、紅蘿蔔、青豆)、薑絲清蒸魚、牛蒡排骨湯	小玉西瓜	香菇肉羹(肉羹、香菇、高湯)	○	○	○	○	○	○
6/6	二	小菠蘿、牛奶	地瓜飯、馬鈴薯燒肉(紅蘿蔔、馬鈴薯、五花肉、洋蔥)、油菜、番茄豆腐湯	小玉西瓜	水煮玉米	○	○	○	○	○	○
6/7	三	雞蛋饅頭、豆漿	糙米飯、瓜仔雞(花瓜、雞肉)、空心菜、小白菜魚肉湯	小玉西瓜	銀絲卷、龍眼蜜茶	○	○	○	○	○	○
6/8	四	海鮮米粉湯(肉絲、花枝、小白菜)	鍋燒意麵(肉絲、花枝、蛋、小白菜)、魯油豆腐	芭樂	韭菜魚丸湯(魚丸、韭菜)	○	○	○	○	○	○
6/9	五	吻仔魚粥(高麗菜、吻仔魚、肉絲、蛋、蔥)	筍干滷肉(五花肉、車輪、筍干)、油菜、金針肉絲湯	芭樂	浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯)	○	○	○	○	○	○

※本園一律使用國產豬，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！