

114年 5月 營養餐點表 (每日均附水果)

日期	星期	上午點心	美味午餐 (本園一律使用國產豬肉，請安心食用)	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	蛋豆魚肉類	蔬菜類	水果類
5	一	叻仔魚蛋花粥	胚芽米飯+ 蠔油雞丁+ 雙色玉米+ 鮮炒時蔬+ 金針排骨湯	什錦冬粉湯	V	V	V	V
6	二	肉絲麵線	胚芽米飯+ 瓜仔肉+ 芹菜炒腐皮+ 鮮炒時蔬+ 蘿蔔排骨湯	芋頭米粉湯	V	V	V	V
7	三	鮮肉包+牛奶	日式炒烏龍麵 (肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜)+ 味噌豆腐湯	綠豆薏仁湯	V	V	V	V
8	四	玉米蛋花粥	胚芽米飯+ 冬瓜燴豬肉+紅燒油豆腐+ 鮮炒時蔬+ 紫菜蛋花湯	蘿蔔糕湯	V	V	V	V
9	五	客家板條	日式雞肉燴飯 (雞丁+蛋+洋蔥)+ 山藥排骨湯	小鵲奶油餅+ 養樂多	V	V	V	V
12	一	蔬菜湯麵	胚芽米飯+ 蔥爆叻仔魚+醬汁豆干丁+ 鮮炒時蔬+ 番茄蛋花湯	玉米瘦肉粥	V	V	V	V
13	二	絲瓜麵線	胚芽米飯+ 打拋豬+ 甜條小黃瓜+ 鮮炒時蔬+ 玉米排骨湯	什錦湯餃	V	V	V	V
14	三	芝麻饅頭+豆漿	什錦炒板條 (肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜)+ 紫菜蛋花湯	紅豆紫米湯	V	V	V	V
15	四	南瓜粥	胚芽米飯+ 塔香雞丁+ 螞蟻上樹+ 鮮炒時蔬+大黃瓜排骨湯	草莓吐司+ 麥茶	V	V	V	V
16	五	日式烏龍麵	胚芽米飯+ 榨菜肉絲+ 洋蔥炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 味噌海芽湯	八寶粥	V	V	V	V
19	一	什錦蛋花粥	胚芽米飯+ 玉米燴雞丁+紅蘿蔔炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 竹筍排骨湯	絲瓜米苔目	V	V	V	V
20	二	金瓜米粉湯	胚芽米飯+ 蒜炒叻仔魚+小黃瓜燴菜捲+ 鮮炒時蔬+ 番茄豆腐湯	蔬菜湯餃	V	V	V	V
21	三	鮮奶饅頭+牛奶	義大利肉醬麵 (蘑菇醬+洋蔥+豬絞肉+番茄)+ 玉米濃湯	芋頭西米露	V	V	V	V
22	四	擔仔麵	胚芽米飯+ 京醬肉絲+ 家常豆腐+ 鮮炒時蔬+ 山藥排骨湯	關東煮	V	V	V	V
23	五	蔬菜粉絲湯	沙茶雞肉燴飯 (雞肉+蝦仁+三色豆+青菜)+ 蘿蔔貢丸湯	綠豆地瓜湯	V	V	V	V
26	一	蛋花麵線	胚芽米飯+ 薑絲魚片+ 螞蟻上樹+ 鮮炒時蔬+ 蔬菜玉米湯	味噌拉麵	V	V	V	V
27	二	什錦板條湯	胚芽米飯+ 紅燒雞腿+ 豆干滷海帶+ 鮮炒時蔬+大黃瓜魚羹湯	芋頭瘦肉粥	V	V	V	V
28	三	黑糖銀絲卷+豆漿	什錦炒麵 (肉絲+紅蘿蔔+木耳絲+高麗菜)+ 冬瓜蛤蜊湯	紅豆薏仁湯	V	V	V	V
29	四	玉米蔬菜粥	胚芽米飯+ 冬瓜燴豬肉+ 番茄炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 金針排骨湯	什錦麵疙瘩	V	V	V	V