

臺南市東區崇學國小附幼 109 學年度下學期 5 月份餐點表

日期	上午	食材明細	下午	食材明細	水果	
5/3	一	海苔味噌拉麵	海苔、拉麵、豬肉、小白菜	冬瓜粉圓	冬瓜茶、粉圓	芭樂
5/4	二	鱈魚玉米粥	鱈魚、玉米、白米、蔬菜	魚皮魚丸湯	魚皮、魚丸、芹菜	葡萄
5/5	三	蛋餅、豆漿	雞蛋、蛋餅皮、黃豆	生日蛋糕、鮮奶	麵粉、奶油、糖、雞蛋	蘋果
5/6	四	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕、韭菜、豆芽、肉絲	花枝丸、冬瓜茶	花枝漿、冬瓜	柿子
5/7	五	炒意麵、蛋花湯	意麵、豬肉、高麗菜、紅蘿蔔、木耳、蛤蜊、雞蛋	小西點、鮮奶	麵粉、蛋白、奶油	橘子
5/10	一	蕃茄肉醬麵	洋蔥、番茄、高麗菜、豬肉、麵條	車輪餅、麥茶	奶油、麵粉、麥子	蘋果
5/11	二	滑蛋瘦肉粥	高麗菜、雞蛋、豬肉、白米	豆花	黃豆、糖水	香蕉
5/12	三	鍋貼、豆漿	絞肉、高麗菜、蔥、黃豆絞	浮水魚羹	魚羹、筍絲、高麗菜	芭樂
5/13	四	肉絲蛋麵線	肉絲、雞蛋、紅蔥頭、高麗菜	茶葉蛋、麥茶	茶葉、雞蛋、麥子	西洋梨
5/14	五	水餃、味噌湯	肉、高麗菜、蔥、水餃皮、味噌、豆腐	蛋糕、鮮奶	麵粉、奶油、雞蛋	蘋果
5/17	一	烏龍湯麵	烏龍麵、肉絲、白菜、蛤蜊	鱈魚玉米飯糰、紫菜蛋花湯	鱈魚、玉米、海苔粉、美乃滋、米、紫菜、雞蛋	香蕉
5/18	二	鮮菇蔬菜粥	鮮菇、高麗菜、豬肉、白米	鳳梨愛玉湯	鳳梨、愛玉	火龍果
5/19	三	小饅頭、豆漿	麵粉、酵母、黃豆	鬆餅、米漿	奶油、麵粉	葡萄
5/20	四	鍋燒雞絲麵	雞絲麵、魚丸、肉絲、蔬菜、蛤蜊	粉角綠豆湯	粉角、綠豆	橘子
5/21	五	香菇雞湯	香菇、雞肉	麵包、鮮奶	麵粉、酵母、雞蛋	柿子
5/24	一	豬油拌麵	豬油、醬油、蒜泥、麵條	蘿蔔糕、麥茶	在來米、菜頭、肉燥、麥子	香蕉
5/25	二	虱目魚粥	魚肉、芹菜、白米	仙草粉圓湯	仙草、粉圓	蘋果
5/26	三	玉米蛋餅、豆漿	蛋餅皮、蛋、玉米、黃豆	蔬菜貢丸湯	白菜、貢丸	奇異果
5/27	四	壽司、海帶芽湯	白米、海苔、肉鬆、雞蛋、芝麻、海帶芽、高湯	香椿抓餅、檸檬茶	麵粉、九層塔、檸檬汁	橘子
5/28	五	玉米濃湯	蛋、玉米、馬鈴薯、火腿	小蛋糕、鮮奶	麵粉、奶油、雞蛋	芭樂
5/31	一	米苔目湯	米苔目、小白菜、韭菜、豬肉	珍珠丸子、蜜茶	糯米、豬肉、蔬菜、蜂蜜	蓮霧

※點心設計以低油、低鹽、低糖及高纖維、高鈣之三低二高為原則，以符合六大類營養素熱量來源比例，均衡攝取各類食物。

※本園點心食材一律使用本土國產肉品

承辦人：

教師侯宜寧

園主任：

王美方

園戳章

