

崇學國小附幼 112 年 5 月份餐點表

日期		上午	食材明細	下午	食材明細
5/1	一	烏龍湯麵	烏龍麵, 肉絲, 白菜, 蛤蠣	地瓜煎餅	地瓜, 麵粉
5/2	二	竹筍瘦肉粥	香菇, 竹筍, 絞肉, 白米	生日蛋糕+鮮奶	麵粉, 雞蛋, 鮮奶
5/3	三	起司蛋餅+豆漿	起司, 雞蛋, 蛋餅皮, 黃豆	壽司	白米, 海苔, 肉鬆, 雞蛋, 芝麻
5/4	四	炒冬粉	冬粉, 豬肉, 高麗菜, 紅蘿蔔, 木耳	鬆餅	奶油, 麵粉, 雞蛋, 砂糖
5/5	五	酸辣湯	木耳, 紅蘿蔔, 金針菇, 豆腐, 肉絲	蛋糕+鮮奶	奶油, 麵粉, 雞蛋, 砂糖, 酵母
5/8	一	米苔目湯	米苔目, 小白菜, 韭菜, 豬肉	草莓起司吐司	起司, 草莓醬, 吐司
5/9	二	金針菇燕麥粥	豬肉, 金針菇, 燕麥	鮭魚飯糰	鮭魚, 海苔粉, 美乃滋, 米
5/10	三	葡萄饅頭+豆漿	麵粉, 葡萄乾, 黃豆	甜玉米	玉米
5/11	四	貢丸冬粉湯	貢丸, 冬粉, 豆芽菜, 小白菜, 芹菜	關東煮	黑輪, 魚丸, 豆腐, 海帶, 白蘿蔔
5/12	五	魚鬆肉燥飯	魚鬆, 豬肉, 米	麵包+鮮奶	奶油, 麵粉, 雞蛋, 砂糖, 酵母
5/15	一	海苔味噌拉麵	海苔, 拉麵, 豬肉, 小白菜	鳳梨愛玉湯	鳳梨, 愛玉
5/16	二	廣東粥	玉米, 雞蛋, 絞肉, 白米, 高麗菜	小白菜虱目魚丸湯	白菜, 魚丸
5/17	三	水煎包+豆漿	絞肉, 高麗菜, 蔥, 麵粉, 黃豆	蘿蔔糕	在來米, 菜頭, 絞肉
5/18	四	香菇肉羹	香菇, 筍絲, 高麗菜, 雞蛋, 豬肉	粉角綠豆湯	粉角, 綠豆
5/19	五	炒意麵	麵條, 豬肉, 高麗菜, 紅蘿蔔, 木耳	蛋糕+鮮奶	奶油, 麵粉, 雞蛋, 砂糖
5/22	一	鮮菇米粉湯	豆芽菜, 小白菜, 韭菜, 香菇, 肉絲, 米粉	藍莓吐司	藍莓醬, 吐司
5/23	二	雞蓉玉米粥	雞肉, 高麗菜, 玉米, 白米	紅豆湯	紅豆
5/24	三	南瓜雜糧饅頭+豆漿	南瓜, 麵粉, 五穀, 黃豆	雞塊	雞肉
5/25	四	鍋燒雞絲麵	雞絲麵, 魚丸, 肉絲, 白菜, 蛤蠣	浮水魚羹	魚羹, 筍絲, 高麗菜
5/26	五	玉米濃湯	蛋, 玉米, 馬鈴薯	麵包+鮮奶	奶油, 麵粉, 雞蛋, 砂糖, 酵母
5/29	一	陽春麵	麵條, 韭菜, 白菜, 肉燥	蔬菜煎餅	高麗菜, 玉米, 紅蘿蔔, 芹菜, 麵粉
5/30	二	虱目魚粥	虱目魚, 米, 芹菜	鮮菇冬粉湯	高麗菜, 金針菇, 秀珍菇, 香菇, 肉絲, 冬粉
5/31	三	黑糖饅頭+豆漿	黑糖, 麵粉, 黃豆	什錦甜湯	珍珠, 粉角, 糖水

※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

※因應低碳校園生活，每週三為蔬食日

承辦人：

教師侯宜寧

園主任：

教師兼附設
幼兒園主任 王美方

園戳章

