

臺南市永康區永信國民小學附設幼兒園 111 年 5 月份點心表

週別	星期	一	二	三	四	五
第十三週	日期	5/2	5/3	5/4	5/5	5/6
	上午	鍋燒意麵 (意麵、高麗菜、蛤蜊、魚丸) 西瓜	玉米鮮肉粥 (玉米、肉絲、白米) 鳳梨	蛋包熱狗 (雞蛋、熱狗) 蛋花湯 (雞蛋、蔥花) 芭樂	香菇雞湯 (香菇、雞肉)	餛飩湯 (豬肉餡、餛飩皮、小白菜)
	下午	乳酪小饅頭 鮮乳	毛巾蛋糕 保久乳	蛋塔 鮮乳	烤地瓜 豆乳 美濃瓜	綜合水果 -香蕉、蘋果
週別	日期	5/9	5/10	5/11	5/12	5/13
第十四週	上午	蘿蔔糕 (在來米、肉燥、蝦米) 蛋花湯 (雞蛋、蔥花) 鳳梨	牛奶饅頭 (牛奶、麵粉) 鮮乳 蘋果	碗粿 (在來米、肉燥、蛋黃、香菇) 味噌湯 (豆腐、海帶芽) 西瓜	水果生日蛋糕 鮮乳	清粥小菜 (白米、豬肉酥、豆漿、雞蛋)
	下午	毛巾蛋糕 鮮乳	小牛角酥 保久乳	草莓豆腐蛋糕 鮮乳	玉米蛋餅 (玉米粒、雞蛋、冷凍蛋餅皮) 豆乳 美濃瓜	綜合水果 -香蕉、芭樂
別週	日期	5/16	5/17	5/18	5/19	5/20
第十五週	上午	鍋燒意麵 (意麵、高麗菜、蛤蜊、魚丸) 葡萄	大鍋貼 (豬肉餡、水餃皮) 魚丸湯 (魚丸、芹菜) 鳳梨	綜合壽司 (熱白飯、肉鬆、雞蛋、豆漿、海苔皮、三角豆腐包) 味噌湯 (豆腐、海帶芽) 奇異果	關東煮 (胡蘿蔔、玉米、米血、黑輪) 芭樂	奶皇包 鮮乳
	下午	小熱狗麵包 鮮乳	葡萄餐包 保久乳	牛奶麵包 鮮乳	肉鬆三明治 豆乳 鳳梨	綜合水果 -香蕉、蘋果

☆本餐點表因應氣候及當令食材調整，公佈於公佈欄及班級網頁，為配合節能減碳及節約用紙，不另行通知！

☆如遇特殊狀況(如颱風、豪雨、菜價上揚……等)，將略為變動餐點。

☆本園一律使用國產豬肉食材！



臺南市永康區永信國民小學附設幼兒園 111 年 5 月份點心表

週別	日期	5/23	5/24	5/25	5/26	5/27
第十六週	上午	甜不辣 (魚漿、地瓜粉) 蛋花湯 (雞蛋、胡蘿蔔) 芭樂	小魚翡翠粥 (吻仔魚、白米) 蘋果	御飯糰 (白飯、海苔皮、肉鬆) 貢丸湯 (豬肉、芹菜) 香蕉	水餃 (豬肉餡、水餃皮) 大黃瓜魚丸湯 (大黃瓜、魚丸、芹菜)	香雞堡 (漢堡包、雞肉) 玉米濃湯 (玉米粒、洋蔥、胡蘿蔔、雞蛋、馬鈴薯、火腿丁)
	下午	黃金杯蛋糕 鮮乳	虎皮捲蛋糕 保久乳	軟式起司麵包 鮮乳	小籠湯包 豆乳 葡萄	綜合水果 -西瓜、奇異果
週別	日期	5/30	5/31			
第十七週	上午	水餃 (豬肉餡、水餃皮) 玉米濃湯 (玉米粒、洋蔥、胡蘿蔔、馬鈴薯) 蘋果	鍋燒意麵 (意麵、高麗菜、蛤蜊、魚丸) 芭樂			
	下午	小羅宋麵包 鮮乳	大理石蛋糕 保久乳			

☆本餐點表因應氣候及當令食材調整，公佈於公佈欄及班級網頁，為配合節能減碳及節約用紙，不另行通知！

☆如遇特殊狀況(如颱風、豪雨、菜價上揚……等)，將略為變動餐點。

☆本園一律使用國產豬肉食材！



食在好當令 兼顧低碳和均衡~資料來源：衛生福利部國民健康署

飲食應按照「每日飲食指南」，均衡攝取六大類食物（全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、乳品類、蔬菜類、水果類、油脂與堅果種子類），特別注意應吃到足夠量的蔬菜、水果、全穀、豆類、堅果種子及乳製品。並在每類食物的選擇上，力求變化，做到多樣的選擇。友善地球，從低碳飲食做起，天天3蔬2果增健康。選取低碳食材時，把握吃在地、食當令、原態食材、種類多樣，就能做到愛地球增健康！