

臺南市歸仁國小附設幼兒園 112 學年度下學期第 13、14、15 週餐點明細表

日期	星期	早上點心	午餐	乳品 或水 果	下午點心	五穀 根莖 類	豆魚肉 蛋類	蔬菜 類	水果類
5/6	一	葡萄吐司+福樂優酪乳 吐司 優酪乳	五穀飯 素黑胡椒豬肉排 蕃茄炒蛋 清炒高麗 味噌豆腐湯 白米 五穀米 大番茄 雞蛋 高麗菜 非基改板豆腐 味噌	優格	綜合水果 水煮蛋	■	■	■	■
5/7	二	原味穀片+香甜玉米+ 福樂鮮奶 穀片香甜玉米 鮮奶	胚芽米飯 沙茶肉片 絲瓜麵球 鮮炒青油(有機) 紫菜蛋花湯 白米 胚芽米 火鍋肉片 洋蔥絲 沙茶醬 絲瓜 麵球 青油菜 薑絲 紫菜 (乾) 金針菇 雞蛋	芭樂	蔥抓餅 蜜茶 蔥花 麵粉蜂蜜	■	■	■	■
5/8	三	當季水果 芭樂 蘋果 香蕉	麻醬麵 香菇肉燥 彩虹鮮蔬 堅果果乾 虱目魚丸湯 牛排麵 麻醬 香菇肉燥 乾香菇 瘦絞肉 醬油 豆干丁 滷包 鳥蛋 彩虹鮮 蔬 綠花椰 紅椒丁 黃椒丁 鴻喜菇 雪白菇 蒜末 堅果果乾 堅果果乾 虱目魚丸湯 虱目魚丸 小白菜 大骨	鮮奶	蘿蔔糕(素)麥茶 糯米粉 素料 麥茶	■	■	■	■
5/9	四	起司條+燕麥奶 起司條 燕麥奶	糙米飯 青醬燉雞 螞蟻上樹 蒜香空心菜 山藥排骨湯 白米 糙米 雞腿丁 杏鮑菇 大番茄 綠花椰 黃甜椒 紅甜椒 洋蔥絲 青醬 高麗菜 冬粉 木耳絲 紅蘿蔔絲 瘦絞肉 空心菜 蒜末 山藥大丁 軟排肉 枸杞 紅棗	紅小 番茄	小魚翡翠粥 吻仔魚 小白菜 白米	■	■	■	■
5/10	五	羅宋麵包+鮮奶	海苔飯 紅燒蒸魚 紅蘿蔔炒蛋 鮮炒黑葉白菜(有機) 南瓜濃湯 白米 海苔絲 鱸魚丁 薑絲 青蔥 油蔥酥 醬油 非基改版豆腐 洋蔥絲 雞 蛋 紅蘿蔔絲 黑葉白菜(有機) 薑絲 南瓜丁 玉米粒罐頭 玉米濃湯粉 瘦 絞肉 雞蛋	綜合 水果	當季水果 (蘋果)	■	■	■	■
5/13	一	全麥吐司+福樂優酪乳 全麥 吐司 優酪乳	燕麥飯 三杯杏鮑菇 美味蒸蛋 鮮炒小松菜(有機) 素當 歸麵線湯 白米 燕麥 杏鮑菇 五香豆干丁 九層塔 薑片 麻油 雞蛋 小松菜(有機) 薑絲 白麵線 當歸包 冬瓜塊	優酪 乳	綜合水果 水煮蛋	■	■	■	■
5/14	二	原味穀片+五彩球穀片 +福樂鮮奶 穀片五彩球穀片 鮮奶	胚芽米飯 奶油煮雞球 醬拌木耳 蒜香山東白菜 冬瓜排骨湯 白米 胚芽米 雞腿丁 紅蘿蔔丁 馬鈴薯塊 洋蔥塊 奶油 白醬 木耳絲 紅 蘿蔔絲 蒜末 青蔥 醬油 白醋 黑醋 麻油 山東白菜 蒜末 冬瓜片 軟骨 肉 薑絲	香蕉	黑輪 冬瓜茶 粉漿 冬瓜磚	■	■	■	■
5/15	三	當季水果 (香蕉)	什錦炒麵 芝麻包 菜頭黑輪湯 白熟油麵 豬瘦肉絲 高麗菜 鮮香菇 鴻喜菇 紅蘿蔔絲 洋蔥絲 青蔥 乾	燕麥 奶	烤饅頭 麥茶 麵粉 麥茶	■	■	■	■

			香菇 芝麻包 白蘿蔔丁 小黑輪 大骨 芹菜末						
5/16	四	奶香包+燕麥奶 奶油 奶粉麵粉燕麥奶	糙米飯 蒜泥白肉 紅蘿蔔炒蛋 鮮炒尼龍(有機) 刺瓜 排骨湯 白米 糙米 蒜泥白肉 火鍋肉片 醬油膏 年糕 泡菜 瘦肉絲 鮮香菇 尼龍 菜 薑絲 軟排肉 大黃瓜片 雞蛋	葡萄	餛飩湯 碎肉 小白菜 餛 飩皮	■	■	■	■
5/17	五	蔓越莓亞麻麵包+鮮奶 蔓越莓乾果 麵包鮮奶	紫米飯 家常滷肉 絲瓜燴金針 沙茶空心菜 香菇蒜頭 雞湯 白米 紫米 腱肉丁 五花肉丁 紅蘿蔔塊 醬油 絲瓜 金針菇空心菜 沙茶 醬 乾香菇 雞腿丁 蒜頭		當季水果 (芭樂)	■	■	■	■
5/20	一	鮮奶吐司+福樂優酪乳 鮮奶 吐司 優酪乳	糙米飯 海帶油豆腐 玉米起司炒蛋 清炒味美菜(有機) 紅豆薏仁湯 白米 糙米 海帶結 四角小油豆腐 五香豆干丁 紅蘿蔔塊 乾香菇 鮮玉米 粒 雞蛋 起司絲 味美菜 紅豆 薏仁 二砂糖	豆漿	綜合水果 水煮蛋	■	■	■	■
5/21	二	原味穀片+草莓脆片+ 福樂鮮奶 穀片 草莓脆片 鮮奶	芝麻飯 豆豉排骨 鐵板銀柳 蒜香高麗 黃瓜貢丸湯 白米 芝麻 腱肉丁 五花肉 湯豆豉 洋蔥丁 豆芽菜 黑胡椒醬 紅蘿蔔絲 高麗菜 蒜末 大黃瓜丁 小貢丸 大骨	蘋果	三色三明治 冬瓜茶 果醬 吐司 冬瓜 磚	■	■	■	■
5/22	三	綜合水果	白米飯 蒙古烤肉 檸檬蛋糕 虱目魚皮湯 白米 火鍋肉片 高麗菜 豆芽菜 洋蔥絲 紅蘿蔔絲 百頁豆腐 豆干片 金 針菇 鮮香菇 奶酥麵包 虱目魚皮 小白菜 大骨	鮮奶	燒賣 蜜茶 小碎肉 蔥花 麵 粉 蜂蜜	■	■	■	■
5/23	四	小可頌+燕麥奶 奶油奶粉麵包 燕麥奶	五穀飯 檸檬三節翅 黃瓜燴鴿蛋 培根高麗 鴨肉冬粉湯 白米 五穀米 黃瓜片 乾木耳絲 紅蘿蔔絲 鳥蛋 高麗菜 培根 鴨肉丁 冬 菜罐 冬粉	紅小 番茄	當歸麵線(素) 素豆包 當歸 麵 線	■	■	■	■
5/24	五	熱狗捲+鮮奶 熱狗 麵包 鮮奶	燕麥飯 三杯花枝圈 豆薯炒蛋 蒜香皺白菜(有機) 冬瓜 香菇雞湯 白米 燕麥 花枝圈 九層塔 胡麻油 薑片 杏鮑菇 豆薯絲 雞蛋 皺白菜 蒜末 冬瓜丁 雞腿丁 乾香菇		綜合水果	■	■	■	■

★「本校(園)一律使用國產豬、牛肉食材」 ★餐點內容及水果品項會依季節及廠商供貨需求進行調整，如造成不便請見諒，謝謝。