

後港國小附設幼兒園 111 下餐點表

(5 月份餐點表) ※本園一律使用國產豬肉食材

最近市場雞蛋供應不穩，視採購情況調整食材內容，不再另行公告

日期	上午點心	午餐	下午點心
5/1(一)		親職教育暨學習成果展補假一天	
5/2 (二)	五月 慶生會 生日蛋糕	五穀米飯(白米、五穀米)、茂谷 香酥日式魚排(日式鮮魚排、耐炸油) 沙茶豆乾(沙茶醬、黑豆乾、毛豆仁、洋蔥、紅蘿蔔、醬油膏、新鮮木耳) 絲瓜枸杞(絲瓜、老薑、枸杞) 冬瓜魚丸湯(冬瓜、虱目魚丸、老薑、芹菜)	陽春麵 (白麵條、豬絞肉、 香菇、紅蘿蔔絲、 小白菜、雞蛋)
5/3 (三)	芭樂、 優酪乳	白米飯(白米)、高脂保久乳 雞肉絲飯(調味雞肉絲) 肉燥(低脂絞肉、紅蔥頭) 櫻花蝦炒高麗菜(櫻花蝦、高麗菜、大蒜) 茶壺湯(文蛤、金針菇、骨腿、老薑、柴魚片)	地瓜薯條 (脆皮地瓜薯條) 黑豆茶 (黑豆、糖)
5/4 (四)	木瓜、 豆漿	白米飯(白米)、蜜桃 梅子燒雞(骨腿、老薑、紫蘇梅汁、番茄醬、黃椒、紅椒) 蝦仁炒蛋(洋蔥、雞蛋、紅蝦仁、毛豆仁、黑胡椒粉) 炒有機蚵白菜(蚵白菜、大蒜、鮮香菇) 大黃瓜排骨湯(大黃瓜、中排、大蒜)	紅豆牛奶 (紅豆、鮮奶)
5/5 (五)	鳳梨、 鮮奶	胚芽米飯(胚芽米、白米) 滷肋排(豬肋排、滷包、青蔥、老薑、大蒜、冷凍青花菜、白芝麻) 泡菜銀芽炒豆包(豆芽菜、新鮮木耳、炸豆包、韓式泡菜、大蒜、香油) 沙茶油菜(油菜、沙茶醬、大蒜) 冬菜鴨肉粉絲湯(冬菜、去骨鴨肉、老薑、冬粉、芹菜)	餛飩湯 (餛飩、小白菜)
5/8 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米) 鳳梨雞丁(骨腿、新鮮木耳、鳳梨罐、青蔥、番茄醬、麻竹筍、老薑) 客家小炒(腿肉絲、五香豆乾、乾魷魚、芹菜、大蒜、紅蘿蔔、醬油膏) 炒有機味美菜(味美菜、大蒜、紅蘿蔔) 大白菜排骨湯(山東白菜、鮮香菇、老薑、中排)	玉米濃湯 (玉米粒、玉米醬、 雞蛋)
5/9 (二)	蔥抓餅、 鮮奶	地瓜飯(地瓜、白米)、香蕉 芥藍豬柳(豬肉條、芥藍菜、大蒜、沙茶醬、紅辣椒) 干貝絲瓜豆包(干貝、絲瓜、生豆包、老薑、油蔥酥) 蒜香大陸妹(大陸妹、大蒜、胡蘿蔔) 雞茸玉米湯(冷凍玉米粒、雞絞肉、大蒜、杏鮑菇、青蔥)	小肉包、 洛神花茶 (乾洛神花、糖)
5/10 (三)	芭樂、 優酪乳	牛排麵(牛排麵)、保久乳 香酥虱目魚柳(虱目魚柳、地瓜粉、椒鹽粉) 五香豆乾(黃豆乾、冷凍毛豆仁) 沙茶麵羹(麻竹筍、山東白菜、紅蘿蔔、雞蛋、大蒜、鮮香菇、沙茶醬)	玉米瘦肉粥 (玉米、豬絞肉、 香菇、小白菜)
5/11 (四)	葡萄、 豆漿	白米飯(白米)、蘋果 蠔油排骨(中排骨、素蠔油、老薑、白芝麻、滷包) 紅蘿蔔炒蛋(雞蛋、胡蘿蔔、青蔥) 炒有機尼龍白菜(尼龍白菜、老薑、秀珍菇) 金針菇味噌豆腐湯(金針菇、乾海帶芽、味噌、板豆腐、青蔥)	紅豆薏仁 (紅豆、薏仁、糖)
5/12 (五)	哈密瓜、 鮮奶	糙米飯(白米、糙米) 筍乾燒肉(豬腱、筍乾、紅辣椒、大蒜、滷包) 小黃瓜炒黑輪(小黃瓜、黑輪、新鮮木耳、大蒜) 蒜炒高麗菜(高麗菜、紅蘿蔔、大蒜) 菇菇雞湯(骨腿、鮮香菇、秀珍菇、老薑、枸杞)	湯餃 (水餃、小白菜)
5/15 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米) 高麗菜炒肉片(梅花肉片、高麗菜、寬冬粉、大蒜、紅辣椒、青蔥) 三杯杏鮑菇豆乾(黃豆乾、杏鮑菇、老薑、九層塔、素蠔油) 炒有機蚵白菜(蚵白菜、老薑、新鮮木耳) 南瓜排骨湯(南瓜、中排、鮮香菇、老薑)	胚芽燕麥 葡萄吐司、 決明子茶 (熟決明子、糖)
5/16 (二)	玉米脆片	胚芽米飯(胚芽米、白米)、玉荷包荔枝 照燒雞丁(骨腿、照燒醬、洋蔥、青蔥、白芝麻、大蒜) 菇菇炒肉絲(冷凍肉絲、秀珍菇、鮮香菇、青蔥、紅蘿蔔、大蒜)	紅豆豆花 (紅豆、豆花)

	鮮奶	蒜炒高麗菜(高麗菜、紅蘿蔔、大蒜) 白蘿蔔魚丸湯(白蘿蔔、虱目魚丸、老薑、柴魚片)	
5/17 (三)	芭樂、 優酪乳	螺旋麵(螺旋麵) 蒜香海鮮白醬螺旋麵(蝦仁、阿根廷魷魚、蘆筍、奶油白醬、 紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯、蛤蜊、大蒜、九層塔、玉米筍、虱目魚柳) 芝麻醬蔬菜(冷凍青花菜、冷凍白花菜、紅甜椒、芝麻醬、生鮮木耳) 紫菜蛋花湯(紫菜、雞蛋、青蔥)、高脂保久乳	五穀飯糰(五穀米、肉鬆、雞蛋) 枸杞菊花茶
5/18 (四)	小玉西瓜 豆漿	白米飯(白米)、無籽葡萄 泰式打拋肉(低脂絞肉、洋蔥、牛蒡、九層塔、魚露、檸檬汁、大蒜、紅辣椒、紅蘿蔔) 三色炒蛋(玉米粒、毛豆仁、雞蛋、紅蘿蔔) 豆皮炒有機青江菜(青江菜、豆腐皮、老薑) 絲瓜餛飩湯(絲瓜、餛飩、老薑)	芋頭西米露 (芋頭、西米露、椰奶、糖)
5/19 (五)	木瓜、 鮮奶	五穀米飯(白米、五穀米) 春川炒雞(骨腿、山東白菜、片狀年糕、韓式辣椒醬、大蒜) 空心菜炒肉絲(空心菜、腿肉絲、紅蘿蔔、大蒜、沙茶醬) 蒜炒大黃瓜(大黃瓜、大蒜、生鮮木耳) 豆薯蛋花湯(豆薯、鮮香菇、油蔥酥、雞蛋、青蔥)	鍋燒意麵(意麵、香菇、豬絞肉、紅蘿蔔絲、小白菜、蛋)
5/22 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米) 沙茶雞丁(骨腿、玉米筍、青蔥、大蒜、沙茶醬、紅蘿蔔、洋蔥) 香菇滷豆腐(嫩油豆腐、鮮香菇、老薑、麻竹筍、紅辣椒) 炒有機皺葉白菜(皺葉白菜、老薑、生鮮木耳) 高麗菜排骨湯(高麗菜、金針菇、中排、老薑)	鮭魚五穀粥 (鮭魚、五穀米、小白菜)
5/23 (二)	蘿蔔糕、 鮮奶	糙米飯(白米、糙米)、香蕉 豆瓣鱸魚(鱸魚、黃豆醬、青蔥、老薑、素蠔油、洋蔥) 木須炒蛋(雞蛋、胡蘿蔔、濕木耳、杏鮑菇) 莧菜小魚(莧菜、小魚乾、大蒜) 白菜玉米湯(山東白菜、老薑、甜玉米、鮮香菇)	小雞塊 味噌豆腐湯 (味噌、豆腐、小白菜)
5/24 (三)	芭樂、 優酪乳	漢堡(漢堡)、高脂保久乳 香酥無骨腿排(裹粉無骨腿排、耐炸油) 照燒蔬菜料(紅蘿蔔、九層塔、照燒醬、洋蔥、黑胡椒粉、高麗菜) 螞蟥上樹(冬粉、綠豆芽、胡蘿蔔、腿肉絲、沙茶醬、生鮮木耳、大蒜) 玉米濃湯(玉米粒、玉米濃湯粉、雞蛋、洋蔥、馬鈴薯、鮮奶油)	芋泥包、 麥茶 (大麥、糖)
5/25 (四)	鳳梨、 豆漿	紅藜米飯(紅藜麥、白米)、葡萄 南瓜燒肉(腿肉丁、南瓜、紅辣椒、老薑) 雙花燴獅子頭(白花菜、青花菜、獅子頭、紅蘿蔔) 蒜香空心菜(空心菜、大蒜) 剝皮辣椒雞湯(骨腿丁、老薑、金針菇、剝皮辣椒罐)	南瓜粥 (南瓜、五穀米、白米、豬絞肉、香菇)
5/26 (五)	哈密瓜、 鮮奶	白米飯(白米) 情人果炒腿排(去骨雞腿肉、黃椒、紅椒、大蒜、情人果) 鮮筍炒肉絲(麻竹筍、冷凍肉絲、青蔥、油蔥酥) 蒜炒有機味美菜(味美菜、大蒜、紅蘿蔔) 海帶芽蛋花湯(乾海帶芽、雞蛋、青蔥)	八寶粥(綜合豆類、紫米、小米、白米)
5/29 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米) 蜜汁雞丁(去骨雞腿、地瓜粉、耐炸油、白芝麻、檸檬汁、大蒜) 絲瓜冬粉(絲瓜、金針菇、老薑、油蔥酥、冬粉) 蒜炒有機青松菜(青松菜、大蒜、胡蘿蔔) 竹筍豬骨湯(中排、麻竹筍、老薑)	玉米鮭魚蛋吐司 (玉米、鮭魚、雞蛋、吐司) 桂圓紅棗茶
5/30 (二)	鍋貼、 鮮奶	胚芽米飯(胚芽米、白米)、玉荷包荔枝 薑燒肉片(梅花肉片、洋蔥、青蔥、生鮮濕木耳、老薑) 毛豆乾丁(冷凍毛豆仁、五香豆乾、黑胡椒粉、紅蘿蔔) 南瓜炒高麗菜(南瓜、大蒜、高麗菜) 紫菜蛋花湯(乾紫菜、雞蛋、青蔥)	雞絲麵(雞絲麵、香菇、豬絞肉、紅蘿蔔絲、小白菜、蛋)
5/31 (三)	葡萄、 優酪乳	烏龍麵(烏龍麵)、高脂保久乳 日式海鮮炒烏龍(蝦仁、阿根廷魷魚、鮮香菇、紅蘿蔔、 洋蔥、紅蔥頭、青蔥、大蒜、柴魚片、鰹魚醬油) 什錦滷味(白蘿蔔、黑豆乾、甜不辣、老薑、滷包) 綜合蔬菜(油菜、紅蘿蔔、豆芽菜、海帶根、白芝麻、香油) 味噌海帶芽湯(乾海帶芽、小魚乾、味噌、板豆腐、青蔥)	紅豆湯圓 (紅豆、湯圓、糖)

承辦人：

教保員謝敏文

主任：

教師兼任
幼兒園主任 潘怡君

午餐執秘：

護理師郭秋貝 校長：

臺南市七股區
後港國小校長 方婉真