

臺南市鹽水區歡雅國民小學附設幼兒園 110 學年度第二學期 05 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐					水果	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	主菜	主菜一	主菜二	主菜三						
05/02	一	豆芽麵 豬血湯	海苔香鬆飯	茄汁 洋蔥魚排	海帶三絲	熱炒沙茶 大白菜	豆皮蔬菜 (鵝白菜)湯	芭樂	一口餃 冬瓜湯	✓	✓	✓	✓
05/03	二	餛飩蛋花湯	五穀飯	筍干扣肉	蘿蔔絲炒蛋	熱炒有機荷 葉白菜	冬菜冬粉湯	葡萄	果醬吐司 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
05/04	三	肉包豆漿	紫米飯	照燒雞丁	家常豆腐	熱炒 培根小黃瓜	蘿蔔鮮菇湯	蘋果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
05/05	四	鍋燒意麵	茄汁炒飯	香滷豬排	蔬菜關東煮 (白蘿蔔、紅蘿蔔、海帶結、魚丸)	熱炒青江菜	紫菜蛋花湯	蘋果	布丁西谷米	✓	✓	✓	✓
05/06	五	玉米蔬菜蛋餅 豆漿	小米飯	條瓜雞柳條	胡蘿蔔炒蛋	熱炒綠豆芽	榨菜肉絲湯	木瓜	燒賣 豆腐湯	✓	✓	✓	✓
05/09	一	鍋燒意麵	燕麥飯	香酥 虱目魚塊	咖哩什錦 (白蘿蔔、洋蔥、胡蘿蔔、百頁豆腐)	熱炒枸杞 蚵仔白菜	味噌湯	蘋果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
05/10	二	虱目魚粥	胚芽米飯	南瓜雞丁	洋蔥炒蛋	熱炒 有機蔬菜	金針菇肉絲湯	葡萄	果醬吐司 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
05/11	三	飯糰 味噌湯	芝麻飯	洋蔥壽喜燒	宮保什錦 (大白菜、豆干、米血)	沙茶大陸妹	藥膳湯	蓮霧	茶葉蛋 麥茶	✓	✓	✓	✓
05/12	四	饅頭夾蛋 豆漿	黑胡椒炒飯	藥膳滷雞翅	蔬菜肉燥 (白蘿蔔、絞肉、胡蘿蔔)	熱炒油菜	玉米濃湯	芭樂	生日蛋糕	✓	✓	✓	✓
05/13	五	玉米蔬菜蛋餅	糙米飯	蜜汁豬肉	沙茶蔬菜羹	熱炒	菇菇湯	木瓜	餛飩蛋花湯	✓	✓	✓	✓

日期	星期	上午點心	午 餐					水果	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	主菜	主菜一	主菜二	主菜三						
		豆漿			(大白菜、雞蛋、木耳絲、胡蘿蔔絲、筍絲、魚羹條)	小黃瓜培根							
05/16	一	海苔飯糰 味噌湯	大麥仁飯	蔬菜燴魚片	魚香豆腐	熱炒 黃瓜魚丸	藥膳湯	楊桃	餐包 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
05/17	二	菜包 豆漿	海苔香鬆飯	椒麻雞丁	三杯米血	熱炒蔬菜	三絲湯 (筍絲、胡蘿蔔、乾木耳)	麥茶	玉米蔬菜蛋餅	✓	✓	✓	✓
05/18	三	地瓜粥 煎蛋	南瓜飯	紅燒豬肉	胡蘿蔔炒蛋	熱炒 薑絲鵝白菜	柴魚蔬菜湯	蘋果	餛飩蛋花湯	✓	✓	✓	✓
05/19	四	豆芽麵 豬血湯	白米飯	雞肉絲	筍干油豆腐	熱炒 油菜胡蘿蔔	紫菜蛋花湯	香蕉	紅豆餅 麥茶	✓	✓	✓	✓
05/20	五	高麗菜滑蛋粥	紫米飯	銀芽豬肉片	番茄炒蛋	熱炒青花菜	巧達濃湯	芭樂	銀絲卷 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
05/23	一												
05/24	二												
05/25	三		配合防疫	5/23-6/2	停止	實體授課							
05/26	四												
05/27	五												
05/30	一												
05/31	二												

★本園一律使用國產 CAS 豬、雞肉食材。