



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 111 學年度第 2 學期 5 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	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
5/1	一	清粥小菜 麵筋、煎蛋	白米飯、咖哩雞、京醬肉絲、炒有機青松菜、紫菜蛋花湯	葡萄	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/2	二	魚皮粥	五穀米飯、香酥日式魚排、沙茶豆乾、絲瓜枸杞、冬瓜魚丸湯	茂谷	玉米蘿蔔排 玉骨湯	✓	✓	✓	✓
5/3	三	番茄雞蛋麵	雞肉絲飯、肉燥、櫻花蝦炒高麗菜、茶壺湯、保久乳	香蕉	饅頭夾蛋 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/4	四	枸杞麵線	白米飯、梅子燒雞、蝦仁炒蛋、炒有機蚵白菜、大黃瓜排骨湯	甜桃	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
5/5	五	義大利肉醬麵	胚芽米飯、滷肋排、泡菜銀芽炒豆包、沙茶油菜、冬菜鴨肉粉絲湯	茂谷	菇菇雞湯	✓	✓	✓	✓
5/8	一	翡翠雞茸玉米粥	白飯、鳳梨雞丁、客家小炒、炒有機味美菜、大白菜排骨湯	甜桃	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/9	二	浮水魚羹麵	地瓜飯、芥藍豬柳、干貝絲瓜豆包、蒜香大陸妹、雞茸玉米湯	香蕉	葡萄乾吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/10	三	小籠包 紫菜蛋花湯	沙茶麵羹、香酥虱目魚柳、五香豆乾、保久乳	香蕉	三色豆花	✓	✓	✓	✓
5/11	四	玉米瘦肉粥	白米飯、蠔油排骨、紅蘿蔔炒蛋、炒有機尼龍白菜、金針菇味噌豆腐湯	蘋果	黑糖饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/12	五	香菇肉羹麵	糙米飯、筍乾燒肉、小黃瓜炒黑輪、蒜炒高麗菜、菇菇雞湯	茂谷	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
5/15	一	吻仔魚粥	白飯、高麗菜炒肉片、三杯杏鮑菇豆乾、炒有機蚵白菜、南瓜排骨湯	蘋果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/16	二	蔬菜蛋餅 綠豆汁	胚芽米飯、照燒雞丁、菇菇炒肉絲、蒜炒高麗菜、白蘿蔔魚丸湯	荔枝	吐司夾蛋 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/17	三	廣東粥	蒜香海鮮白醬螺旋麵、芝麻醬蔬菜、紫菜蛋花湯、保久乳	蘋果	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
5/18	四	什錦蔬菜粥	白米飯、泰式打拋肉、三色炒蛋、豆皮炒有機青江菜、絲瓜餛飩湯	葡萄	南瓜海鮮濃湯	✓	✓	✓	✓
5/19	五	當歸麵線	五穀米飯、春川炒雞、空心菜炒肉絲、蒜炒大黃瓜、豆薯蛋花湯	荔枝	鮮奶饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/22	一	菠菜豆腐湯餃	白飯、沙茶雞丁、香菇滷豆腐、炒有機皺葉白菜、高麗菜排骨湯	葡萄	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/23	二	地瓜粥 歐姆蛋	糙米飯、豆瓣鱸魚、木須炒蛋、莧菜小魚、白菜玉米湯	香蕉	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
5/24	三	蘿蔔糕 低糖麥茶	漢堡、香酥無骨腿排、照燒蔬菜料(高麗菜、紅蘿蔔、洋蔥)、螞蟻上樹、玉米濃湯、保久乳	荔枝	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
5/25	四	蔬菜拉麵	紅藜米飯、南瓜燒肉、雙花燴獅子頭、蒜香空心菜、剝皮辣椒雞湯	葡萄	銀絲卷 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/26	五	虱目魚魚柳粥	白米飯、情人果炒腿排、鮮筍炒肉絲、蒜炒有機味美菜、海帶芽蛋花湯	香蕉	茶碗蒸	✓	✓	✓	✓
5/29	一	肉燥米粉湯	白米飯、蜜汁雞丁、絲瓜冬粉、蒜炒有機青松菜、竹筍豬骨湯	葡萄	蘑菇濃湯	✓	✓	✓	✓
5/30	二	小米蛋花粥	胚芽米飯、薑燒肉片、毛豆乾丁、南瓜炒高麗菜、紫菜蛋花湯	荔枝	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
5/31	三	水果布丁蛋糕 低糖麥茶	日式海鮮炒烏龍麵(魷魚、洋蔥、香菇、蝦仁、紅蘿蔔)、什錦滷味(甜不辣、豆干、蘿蔔)、綜合蔬菜、味噌海帶芽湯、保久乳	葡萄	餛飩湯	✓	✓	✓	✓



備註：
 ☆5/31(三)5月慶生會
 ☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！
 ☆如幼兒對甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、芝麻、堅果類、含麩質穀物、魚類、亞硫酸鹽類及其製品有過敏情形，請事先告知老師，避免食用而引發不適！
 ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果，並隨產季機動調整！
 ☆本園一律採用國內在地豬肉、牛肉之生鮮食材！

製表： **教保員蔡美鳳** 營養師： **營養師陳芳蘭** 園主任： **教師兼附設幼兒園主任陳月霜** 校長： **臺南市佳里區楊宗穎 仁愛國民小學校長**