



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 109 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
5/3	一	蔬菜蛋餅 綠豆汁	白飯、三杯雞、白菜滷、薑炒青江菜、 玉米蛋花湯	蓮霧	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/4	二	雞絲麵	小米飯、香酥魚排、絲瓜蛤蠣煲、蒜 香大陸妹、金針菇蛋花湯	火龍果	小牛角 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/5	三	湯餃	南瓜雞肉義大利麵、雪菇高麗菜、茶壺 湯、義美保久乳	芭樂	雞蛋糕 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
5/6	四	壽司 低糖麥茶	五穀飯、咖哩雞、柴香蘿蔔、炒有機 小白菜、紫菜蛋花湯	香蕉	原味豆花	✓	✓	✓	✓
5/7	五	蔬菜拉麵	糙米飯、回鍋肉片、小黃瓜雞柳、薑 炒有機油菜、蒜頭蛤蠣雞湯、乳品	火龍果	鬆餅 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
5/10	一	清粥小菜	白飯、南瓜燒雞、韭菜豆芽、炒有機 小白菜、綠豆麥片甜湯	蘋果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/11	二	叻仔魚粥	小米飯、三杯菇油豆腐、蝦仁蒸蛋、 香菇大白菜、南瓜玉米濃湯	香蕉	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
5/12	三	枸杞麵線	豬肉炒烏龍麵、魚香干片、黑胡椒毛 豆、黃瓜排骨湯、乳品	蘋果	小雞塊 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
5/13	四	鍋燒意麵	燕麥飯、鹹酥雞、洋蔥炒蛋、薑炒有 機油菜、豆薯蛋湯	葡萄	奶油餐包 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/14	五	蘿蔔糕 低糖麥茶	五穀飯、和風燒雞、田園高麗菜、薑 炒空心菜、小白菜豆腐湯、乳品	蘋果	草莓吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/17	一	地瓜粥拌魚 鬆	糙米飯、蔥爆豬柳、香菇炒蒲瓜、薑炒 有機油菜、紫菜金針湯	葡萄	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/18	二	小籠包 綠豆汁	小米飯、泰式椒麻魚、咖哩魚蛋、莧 菜小魚、四神菇湯	蓮霧	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
5/19	三	玉米瘦肉粥	韓式泡菜拌飯料、五色蔬菜、紅茶茶 葉蛋、海芽豆腐湯、義美保久乳	蘋果	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
5/20	四	抓餅 豆漿	麥片飯、鳳梨雞丁、番茄豆腐、炒有 機小白菜、冬瓜蛤蠣湯	香蕉	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
5/21	五	廣東粥	五穀飯、筍乾控肉、蛋酥小黃瓜、沙 茶空心菜、高麗菜蛋花湯、乳品	芭樂	車輪餅 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
5/24	一	清粥小菜	小米飯、瓜仔雞丁、冬瓜花生麵筋、 薑炒有機油菜、竹筍肉絲湯	香蕉	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/25	二	鍋貼 低糖麥茶	糙米飯、鐵板豆腐、蟹味蒸蛋、高麗 菜炒香菇、翡翠叻魚湯	蘋果	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
5/26	三	小西點 養樂多	廣東炒麵、香滷雞翅、蒜蓉地瓜葉、 高麗菜肉絲湯、乳品	芭樂	甜甜圈 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
5/27	四	碗粿 味噌湯	地瓜飯、肉燥油豆腐、豆薯炒蛋、炒有 機小白菜、鳳梨鮮果茶	香蕉	小肉包 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/28	五	當歸麵線	燕麥飯、春川炒雞、菇炒絲瓜、蒜炒莧 菜、紫菜蛋花湯、乳品	蘋果	香菇肉羹麵	✓	✓	✓	✓
5/31	一	枸杞麵線	五穀飯、栗子香菇雞、麻婆咖哩、田園 白菜、榨菜肉絲湯	香蕉	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓

用餐
天數：21 天

備註：

☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！

☆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！

☆5/26(三)5 月份慶生會慶祝活動

☆本園一律使用國產豬肉、牛肉及符合食品安全標章食材！



製表：

教保員蔡美鳳

園主任：

教師兼附設
幼兒園主任陳月霜

校長：

臺南市佳里區
仁愛國民小學校長楊宗穎