

成德附幼 113 年 05月 幼兒餐點表

日期	星期	上午點心	主食	主菜	副菜	青菜.水果	湯	下午點心	
1	三	魚片粥 <small>白米.鱈魚.芹菜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	梅乾扣肉 <small>豬肉.梅乾菜</small>	玉米炒蛋 <small>玉米粒.雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蛤蜊湯 <small>蛤蜊.薑絲</small>	菠蘿麵包 <small>菠蘿麵包</small>	
2	四	擔仔麵 <small>意麵.絞肉.鵝蛋.韭菜.大骨</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	椒鹽魚塊 <small>鱈魚片</small>	炒桂竹筍 <small>桂竹筍.肉絲.豆瓣醬</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	野菇雞湯 <small>金針菇.鴻喜菇.秀珍菇.雞肉</small>	小肉鬆麵包+洛神花飲 <small>小肉鬆麵包+洛神花乾</small>	
3	五	沖繩黑糖捲 <small>沖繩黑糖捲</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	花椒雞腿 <small>雞腿.花椒粒</small>	毛豆干丁 <small>毛豆仁.玉米筍.豆干丁.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	番茄蛋花湯 <small>番茄.雞蛋</small>	原味玉米脆片+鮮奶 <small>原味玉米脆片+鮮奶</small>	
6	一	母親節活動補假							
7	二	玉米蛋餅 <small>玉米蛋餅</small>	櫻花蝦炒飯 <small>白米.櫻花蝦.雞蛋.蔥</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	魚丸湯 <small>鱈魚丸.芹菜</small>	小花生麵包+枸杞茶 <small>小花生麵包+枸杞</small>	
8	三	蛤蜊絲瓜麵線 <small>蛤蜊絲瓜麵線</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	百頁燒肉 <small>豬肉.百頁豆腐.蔥.薑</small>	黃瓜鵝蛋 <small>大黃瓜.鵝蛋.貢丸.木耳.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	鳳梨苦瓜雞湯 <small>雞肉.苦瓜.蔞鳳梨</small>	燒賣+低糖豆漿 <small>燒賣+低糖豆漿</small>	
9	四	雞茸玉米粥 <small>白米.雞肉.玉米粒.雞蛋.芹菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	蒲燒鯛魚 <small>鯛魚片</small>	雞絲銀芽 <small>雞胸肉絲.豆芽菜.韭菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	四神湯 <small>四神.薏仁.大骨</small>	紅豆紫米牛奶粥 <small>紅豆.紫米.鮮奶</small>	
10	五	火鍋湯 <small>玉米.高麗菜.豬肉片.金針菇.蝦餃</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	醉醬肉燥 <small>絞肉.豆乾丁.洋蔥</small>	滷蛋 <small>雞蛋.滷包</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	牛蒡湯 <small>牛蒡.大骨</small>	蔓越莓蛋糕捲 <small>蔓越莓蛋糕捲</small>	
13	一	三角飯糰(鮭魚) <small>三角飯糰(鮭魚)</small>	炒米粉 <small>米粉.肉絲.高麗菜.乾香菇</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	貢丸湯 <small>香菇貢丸.芹菜</small>	牛奶布丁麵包 <small>牛奶布丁麵包</small>	
14	二	雞絲麵 <small>雞絲麵.小白菜.雞蛋</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	竹筍燒肉 <small>豬肉.竹筍</small>	紅絲炒蛋 <small>雞蛋.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	黃瓜湯 <small>大黃瓜.大骨</small>	小雞蛋饅頭+檸檬愛玉 <small>小雞蛋饅頭+檸檬愛玉</small>	
15	三	水煮玉米+麥茶 <small>玉米+麥茶</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	滷雞腿 <small>雞腿.滷包</small>	五柳豆包 <small>豆包.金針菇.木耳.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	味噌豆腐湯 <small>味噌.豆腐.海芽</small>	韓式Q麵包+鮮奶 <small>韓式Q麵包+鮮奶</small>	
16	四	糙米粥 <small>糙米.豬排.芹菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	樹子蒸魚 <small>樹子.鱈魚片</small>	客家小炒 <small>肉絲.芹菜.豆干.魷魚</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	香菇雞湯 <small>香菇.雞肉</small>	全麥吐司+芋香西米露 <small>全麥吐司+芋香西米露</small>	
17	五	麵線湯 <small>紅麵線.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	瓜仔肉 <small>豬絞肉.醬瓜</small>	芋丸 <small>芋丸</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	白菜鮮菇湯 <small>大白菜.金針菇.紅蘿蔔.香菇</small>	蜂蜜蛋糕 <small>蜂蜜蛋糕</small>	
20	一	四角起司奶酥 <small>四角起司奶酥</small>	馬鈴薯燉肉飯 <small>白米.豬肉.紅蘿蔔.馬鈴薯.洋蔥</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	海芽湯 <small>海芽.大骨</small>	雞蛋牛奶捲 <small>雞蛋牛奶捲</small>	
21	二	海鮮湯麵 <small>拉麵.蝦仁.透抽.蛤蜊.小白菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	打拋豬 <small>絞肉.蕃茄.九層塔</small>	地瓜薯條 <small>地瓜條</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	酸不辣湯 <small>豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋</small>	鮮奶吐司+綠豆湯 <small>鮮奶吐司+綠豆湯</small>	
22	三	芋頭粥 <small>白米.芋頭.肉絲.香菇.芹菜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	三杯雞 <small>雞肉.杏鮑菇.薑</small>	蒸蛋 <small>雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	青木瓜大骨湯 <small>青木瓜.大骨</small>	珍珠丸+低糖豆漿 <small>珍珠丸+低糖豆漿</small>	
23	四	鍋燒冬粉 <small>冬粉.豬肉片.高麗菜.調味棒</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	紅燒魚丁 <small>多利魚片.板豆腐.蔥.薑</small>	韭香甜不辣 <small>甜不辣.韭菜花.紅蘿蔔.木耳</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蒜頭蛤蜊雞湯 <small>雞肉.蛤蜊.蒜頭</small>	焗燒起司麵包+仙草湯 <small>焗燒起司麵包+仙草湯</small>	
24	五	大滷麵 <small>白麵.肉絲.香菇.竹筍絲.雞蛋.木耳</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	蒜泥白肉 <small>豬肉片.小黃瓜.蒜末</small>	滷油豆腐 <small>油豆腐.滷包</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	竹筍湯 <small>竹筍.大骨</small>	檸檬蛋糕 <small>檸檬蛋糕</small>	
27	一	肉包 <small>肉包</small>	肉醬義大利麵 <small>義大利麵.洋蔥.絞肉.蘑菇醬</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	玉米濃湯 <small>玉米醬.玉米粒.雞蛋.奶油白醬</small>	牛奶卡士達麵包 <small>牛奶卡士達麵包</small>	
28	二	皮蛋瘦肉粥 <small>白米.肉絲.雞蛋.皮蛋</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	蔥燒肉片 <small>豬肉片.洋蔥.壽喜燒醬</small>	香拌素雞 <small>素雞.木耳.紅蘿蔔.小黃瓜.芹菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	金針湯 <small>金針.大骨</small>	紅豆吐司+山粉圓湯 <small>紅豆吐司+山粉圓湯</small>	
29	三	鮮肉雲吞 <small>雲吞.小白菜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	栗子香菇雞丁 <small>栗子.雞肉.香菇.大黃瓜</small>	白菜炒年糕 <small>白菜.年糕.木耳.紅蘿蔔.梅花肉片</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	海菜吻仔魚湯 <small>海菜.吻仔魚</small>	奶香核桃麵包+鮮奶 <small>奶香核桃麵包+鮮奶</small>	
30	四	米粉湯 <small>粗米粉.豬肉.芹菜.大骨</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	花枝蝦排 <small>花枝蝦排</small>	麻婆豆腐(不辣) <small>麻婆豆腐(不辣)</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	洋芋雞湯 <small>馬鈴薯.雞肉</small>	冰心地瓜 <small>冰心地瓜</small>	
31	五	肉羹麵 <small>油麵.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	滷豬腱肉 <small>豬腱肉.蔥.滷包</small>	番茄炒蛋 <small>番茄.雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	冬瓜蛤蜊湯 <small>冬瓜.蛤蜊.薑絲</small>	葡萄捲蛋糕 <small>葡萄捲蛋糕</small>	

* 本餐點表以幼兒作息及營養需求做規劃，並可依季節時令與活動需要彈性調整。* 本園一律使用國產豬、牛肉食材，肉品產地:臺灣。
 * 學期隔月的每週二固定為環保蔬食餐，愛地球的同時並兼顧幼兒的蔬果攝取。
 * 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，本菜單內容含有部分易引起過敏之食物如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，請斟酌食用。