

成德附幼 112 年 5 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	一	豬排小漢堡	什錦炒麵			青菜.水果	魚丸湯	芝士條麵包
		豬排小漢堡	拉麵.肉絲.蔥.鮮香菇.紅蘿蔔.木耳絲.魚板.高麗菜.洋蔥			時蔬.水果	鱈魚丸.芹菜	芝士條麵包
2	二	海鮮湯麵	五穀珍寶飯	打拋豬	地瓜薯條	青菜.水果	肉羹湯	柚子茶+小可頌麵包
		拉麵.蝦仁.透抽.蛤蜊.小白菜	白米.五穀珍寶	絞肉.蕃茄.九層塔	地瓜條	時蔬.水果	肉羹.竹筍.木耳.紅蘿蔔.香菜	柚子茶.小可頌麵包
3	三	芋頭粥	有機白米飯	三杯雞	蒸蛋	青菜.水果	青木瓜大骨湯	牛奶饅頭+低糖豆漿
		白米.芋頭.肉絲.香菇.芹菜	白米.有機米	雞肉.杏鮑菇.薑	雞蛋	時蔬.水果	青木瓜.大骨	牛奶饅頭.低糖豆漿
4	四	鍋燒冬粉	五穀珍寶飯	蒲燒鯛魚	蝦仁筍白筍	青菜.水果	蒜頭蛤蜊雞湯	綠豆湯+葡萄吐司
		冬粉.豬肉片.高麗菜.調味棒	白米.五穀珍寶	鯛魚片	筍白筍.蝦仁.紅蘿蔔	時蔬.水果	雞肉.蛤蜊.蒜頭	綠豆.葡萄吐司
5	五	蛤蜊絲瓜麵線	地瓜飯	蒜泥白肉	滷油豆腐	青菜.水果	蓮藕湯	原味玉米脆片+鮮奶
		白麵線.蛤蜊.絲瓜	白米.地瓜	豬肉片.小黃瓜.蒜末	油豆腐.滷包	時蔬.水果	蓮藕.大骨	原味玉米脆片.鮮奶
8	一	母親節 活動 補 假						
9	二	小籠包	櫻花蝦炒飯			青菜.水果	海芽湯	麥茶+小鮭魚玉米麵包
		小籠包	白米.櫻花蝦.雞蛋.蔥			時蔬.水果	海芽.大骨	麥茶.小鮭魚玉米麵包
10	三	魚片粥	有機白米飯	梅乾扣肉	玉米炒蛋	青菜.水果	酸不辣湯	小紅豆麵包+鮮奶
		白米.鯛魚片.芹菜	白米.有機米	豬肉.梅乾菜	玉米粒.雞蛋	時蔬.水果	豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋	小紅豆麵包.鮮奶
11	四	關東煮	五穀珍寶飯	豆鼓蒸魚	客家小炒	青菜.水果	香菇雞湯	山粉圓湯+蔥油餅
		玉米.油豆腐.白蘿蔔.紅蘿蔔.貢丸	白米.五穀珍寶	鯛魚片.豆鼓	肉絲.芹菜.豆干.魷魚	時蔬.水果	香菇.雞肉	山粉圓.冬瓜磚.蔥油餅
12	五	麵線湯	地瓜飯	瓜仔肉	花枝丸	青菜.水果	竹筍湯	蜂蜜蛋糕
		紅麵線.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜	白米.地瓜	豬絞肉.醬瓜	花枝丸	時蔬.水果	竹筍.大骨	蜂蜜蛋糕
15	一	起司蛋餅	咖哩炒麵			青菜.水果	紫菜蛋花湯	黃金蒜磚麵包
		起司蛋餅	油麵.蝦仁.肉絲.洋蔥.咖哩醬			時蔬.水果	紫菜.雞蛋	黃金蒜磚麵包
16	二	雞絲麵	五穀珍寶飯	百頁燒肉	黃瓜鵪鶉蛋	青菜.水果	鳳梨苦瓜雞湯	枸杞茶+小布麗麵包
		雞絲麵.小白菜.雞蛋	白米.五穀珍寶	豬肉.百頁豆腐.蔥.薑	大黃瓜.鵪鶉蛋.貢丸.木耳.紅蘿蔔	時蔬.水果	雞肉.苦瓜.蒜鳳梨	枸杞.小布麗麵包
17	三	糙米粥	有機白米飯	香煎鮭魚	洋蔥炒蛋	青菜.水果	四神湯	奶黃包+低糖豆漿
		糙米.豬排.芹菜	白米.有機米	鮭魚	洋蔥.雞蛋	時蔬.水果	四神.薏仁.大骨	奶黃包.低糖豆漿
18	四	鮮肉雲吞	五穀珍寶飯	鹹酥雞	什錦豆腐	青菜.水果	蘿蔔湯	紅豆紫米牛奶粥
		雲吞.小白菜	白米.五穀珍寶	雞肉塊	豆腐.杏鮑菇.紅蘿蔔.玉米.青豆	時蔬.水果	白蘿蔔.大骨	紅豆.紫米.鮮奶
19	五	肉鬆麵包	地瓜飯	醉醬肉燥	滷蛋	青菜.水果	牛蒡湯	維也納麵包
		肉鬆麵包	白米.地瓜	絞肉.豆腐丁.洋蔥	雞蛋.滷包	時蔬.水果	牛蒡.大骨	維也納麵包
22	一	蘿蔔糕	海鮮燴飯			青菜.水果	番茄蛋花湯	桂圓紅棗茶+小蔥花麵包
		蘿蔔糕	白米.蝦仁.蟹腿肉.花枝.豬肉片.鮮竹筍.木耳.紅蘿蔔			時蔬.水果	番茄.雞蛋	桂圓.紅棗.小蔥花麵包
23	二	皮蛋瘦肉粥	五穀珍寶飯	蔥燒肉片	香拌素雞	青菜.水果	金針湯	決明茶+奶油餐包
		白米.肉絲.雞蛋.皮蛋	白米.五穀珍寶	豬肉片.洋蔥.壽喜燒醬	素雞.木耳.紅蘿蔔.小黃瓜.芹菜	時蔬.水果	金針.大骨	決明茶.奶油餐包
24	三	麵疙瘩	有機白米飯	栗子香菇雞丁	白菜炒年糕	青菜.水果	海菜吻仔魚湯	韓式Q麵包+鮮奶
		麵疙瘩.豬肉片.香菇.小白菜.紅蘿蔔.木耳	白米.有機米	栗子.雞肉.香菇.大黃瓜	白菜.年糕.木耳.紅蘿蔔.梅花肉片	時蔬.水果	海菜.吻仔魚	韓式Q麵包.鮮奶
25	四	米粉湯	五穀珍寶飯	花枝蝦排	麻婆豆腐(不辣)	青菜.水果	洋芋雞湯	冰烤地瓜條
		粗米粉.豬肉.芹菜.大骨	白米.五穀珍寶	花枝蝦排	豆腐.絞肉.豆瓣醬	時蔬.水果	馬鈴薯.雞肉	冰烤地瓜條
26	五	肉羹麵	地瓜飯	滷豬腱肉	番茄炒蛋	青菜.水果	冬瓜蛤蜊湯	古早味蛋糕
		油麵.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜	白米.地瓜	豬腱肉.蔥.滷包	番茄.雞蛋	時蔬.水果	冬瓜.蛤蜊.薑絲	古早味蛋糕
29	一	起司三明治	肉醬義大利麵			青菜.水果	玉米濃湯	黃金蒜磚麵包
		起司三明治	義大利麵.洋蔥.洋蔥.絞肉.蘑菇醬			時蔬.水果	玉米醬.玉米粒.雞蛋.奶油白醬	黃金蒜磚麵包
30	二	雞茸玉米粥	五穀珍寶飯	竹筍燒肉	紅絲炒蛋	青菜.水果	黃瓜魚丸湯	仙草奶凍+起司吐司
		白米.雞肉.玉米粒.雞蛋.芹菜	白米.五穀珍寶	豬肉.竹筍	雞蛋.紅蘿蔔	時蔬.水果	大黃瓜.鱈魚丸	仙草.鮮奶.起司吐司
31	三	大滷麵	有機白米飯	椒鹽魚塊	炒桂竹筍	青菜.水果	野菇雞湯	紅豆餡包+低糖豆漿
		白麵.肉絲.香菇.竹筍絲.雞蛋.木耳	白米.有機米	鯛魚片	桂竹筍.肉絲.豆瓣醬	時蔬.水果	金針菇.鴻喜菇.秀珍菇.雞肉	紅豆餡包.低糖豆漿

* 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。