



## 臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 112 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	三	翡翠雞茸玉米粥	沙茶麵羹(牛排麵、麻竹筍、山東白麵、紅蘿蔔、香菇、魚羹條)、香酥虱目魚柳、茶葉蛋、保久乳	香蕉	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
5/2	四	魚皮粥	紅藜米飯、菜脯菇菇肉燥、雙花燴鶴蛋、蒜香空心菜、雞茸玉米湯	春柑	玉米蘿蔔排骨湯	✓	✓	✓	✓
5/3	五	番茄雞蛋麵	白米飯、沙茶雞丁、毛豆乾丁、炒有機鮫葉白菜、高麗菜排骨湯	香蕉	饅頭夾蛋 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/6	一	枸杞麵線	白米飯、蠔油排骨、小黃瓜炒蛋、炒有機尼龍白菜、山藥雞湯	春柑	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/7	二	義大利肉醬麵	地瓜飯、香酥薯魚、冬瓜油腐、蒜香大陸妹、白蘿蔔魚丸湯	香蕉	菇菇雞湯	✓	✓	✓	✓
5/8	三	清粥小菜 麵筋、煎蛋	南瓜米粉(米粉、紅蘿蔔、香菇、南瓜、蝦米、腿肉絲)、燒烤雞翅、韭菜菜炒豆芽、金針海芽豆腐湯、保久乳	春柑	葡萄乾吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/9	四	浮水魚羹麵	白米飯、清麻油雞、客家小炒(腿肉絲、五香豆乾、乾魷魚、芹菜)、炒有機味美菜、大白菜排骨湯	蘋果	三明治 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/10	五	小籠包 紫菜蛋花湯	糙米飯、芥藍豬柳、絲瓜豆包、蒜炒高麗菜、小白菜豆腐蛋花湯	香蕉	三色豆花	✓	✓	✓	✓
5/13	一	香菇肉羹麵	白米飯、高麗菜炒肉片、三杯杏鮑菇豆乾、炒有機蚵白菜、豆薯蛋花湯	春柑	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/14	二	玉米瘦肉粥	胚芽米飯、蒲燒鯛魚、三色炒蛋、蒜香空心菜、浮水魚羹	荔枝	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
5/15	三	吻仔魚粥	番茄螺旋麵(螺旋麵、絞肉、紅番茄、麗蘑醬、洋蔥)、卡拉雞排、綜合高麗菜湯、保久乳	蘋果	吐司夾蛋 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/16	四	蔬菜蛋餅 綠豆汁	白米飯、日式照燒雞、蘆筍炒肉絲、豆皮炒有機青江菜、絲瓜餛飩湯	葡萄	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
5/17	五	廣東粥	五穀米飯、紅燒排骨燜鵝蛋、油菜炒肉絲、蒜炒大黃瓜、鮮筍雞湯	荔枝	黑糖饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/20	一	什錦蔬菜粥 (高麗菜、紅蘿蔔、白米)	白米飯、醬燒肋排、泡菜銀芽炒豆包、炒有機青松菜、紫菜蛋花湯	葡萄	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/21	二	菠菜豆腐湯餃	五穀米飯、虱目魚柳肉燥、玉米蒸蛋、絲瓜枸杞、冬瓜魚丸湯	春柑	南瓜海鮮濃湯(南瓜、花枝、蟹肉棒)	✓	✓	✓	✓
5/22	三	當歸麵線	白米飯、雞肉絲、肉燥、櫻花蝦炒高麗菜、茶壺湯(文蛤、雪白姑、金針菇、雞肉)、保久乳	荔枝	鮮奶饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/23	四	地瓜粥 歐姆蛋	白米飯、梅子燒雞、京醬肉絲、炒有機荷葉白菜、大黃瓜排骨湯	奇異果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
5/24	五	蘿蔔糕 低糖麥茶	胚芽米飯、花生豬腳、蝦仁炒蛋、沙茶油菜、鴨肉粉絲湯	春柑	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
5/27	一	蔬菜拉麵 (高麗菜、紅蘿蔔、魚丸、關廟麵)	白米飯、薑燒肉片、滷香豆乾、南瓜炒高麗菜、馬鈴薯雞湯	奇異果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5/28	二	虱目魚魚柳粥	胚芽米飯、蜜汁雞丁、絲瓜冬粉、蒜炒有機青油菜、竹筍排骨湯	荔枝	銀絲卷 豆漿	✓	✓	✓	✓
5/29	三	水果布丁蛋糕 低糖麥茶	海鮮拉麵(拉麵、阿根廷魷魚、洋蔥、香菇、胡蘿蔔、蝦仁)、綜合關東煮醬(油豆腐、白蘿蔔、杏鮑菇)、海帶芽蛋花湯、保久乳	春柑	蘑菇濃湯 (蘑菇、玉米)	✓	✓	✓	✓
5/30	四	肉燥米粉湯	糙米飯、筍乾燒肉、木須炒蛋、蒜炒有機味美菜、味噌小魚乾豆腐湯	香蕉	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
5/31	五	小米蛋花粥	白米飯、胡麻醬雞丁、鮮筍炒肉絲、莧菜炒雪白菇、白菜玉米排骨湯	荔枝	餛飩湯	✓	✓	✓	✓

用餐  
天數：23 天

備註：

- ☆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  
仁愛國民小學校長蔡淑芬

