

臺南市私立傑仕堡幼兒園 112 學年度第二學期 113.5 月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
2	(四)	雞蛋麵線(雞蛋, 白麵線)	白飯、咕咾雞丁、炒花椰、紫菜蛋花湯	火龍果 芭樂	芋香西米露(西米露, 芋頭, 牛奶)	●	●	●	●
3	(五)	蛋餅+豆漿	白飯, 蕃茄炒蛋(牛蕃茄, 雞蛋), 地瓜葉, 炒菠菜, 香菇湯(香菇, 薑絲)		翡翠豆腐羹()	●	●	●	●
6	(一)	桂圓紅棗粥(桂圓, 紅棗)	糙米飯、三杯杏鮑菇、蒜香高麗菜、雙色蘿蔔湯		通心麵濃湯(通心麵, 紅蘿蔔丁, 玉米醬, 香菇, 牛奶)	●	●	●	●
7	(二)	肉包+豆漿	咖哩什錦炒麵(烏龍麵, 高麗菜, 香菇, 洋蔥, 肉絲, 紅蘿蔔絲)、白玉蘿蔔湯		甜甜圈+決明子茶	●	●	●	●
8	(三)	玉米蔬菜瘦肉粥(玉米, 小白菜, 豬絞肉)	茄汁義大利麵(洋蔥, 番茄, 蘑菇, 絞肉)、薑絲排骨湯		味噌豆腐湯	●	●	●	●
9	(四)	蜂蜜蛋糕+牛奶	白飯、甜不辣炒黃瓜、番茄炒蛋、榨菜肉絲湯		紫米燕麥粥	●	●	●	●
10	(五)	絲瓜麵線(絲瓜, 白麵線, 蒜頭酥)	鍋燒意麵(肉片, 玉米粒, 魚板, 小白菜、丸子)		小三明治+麥茶	●	●	●	●
13	(一)	豆沙包+米漿	夏威夷炒飯(鳳梨, 紅蘿蔔, 玉米, 素火腿)、油條魚丸湯		花椰菜雞肉粥	●	●	●	●
14	(二)	小米麥片粥	什錦炒麵(豆芽菜, 香菇, 肉絲, 韭菜)、豆腐味噌湯	綠豆地瓜湯	●	●	●	●	
15	(三)	翡翠羹(豆腐, 吻仔魚)	白飯、紅燒魚片、蛤蜊絲瓜、鳳梨苦瓜雞湯	草莓夾心麵包+冬瓜茶	●	●	●	●	
16	(四)	油條魚丸湯	香菇肉燥麵(香菇, 肉燥, 滷蛋, 豆干, 豆芽菜)	綜合粉圓湯	●	●	●	●	
17	(五)	小餐包+麥茶	紫米飯、沙茶豬肉片、炒甜椒雙菇、冬菜鴨肉湯	雞肉冬粉湯	●	●	●	●	
20	(一)	小籠包	當歸鴨肉麵線(紅蘿蔔)	雞蛋糕+麥茶	●	●	●	●	

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			高麗菜. 鴨肉. 麵線)						
21	(二)	菠菜吻魚粥	日式醬油拉麵(紅蘿蔔, 白蘿蔔, 小白菜, 豆芽, 香菇, 海帶, 豆包, 拉麵)		香蔥蛋花湯	●	●	●	●
22	(三)	蔥油餅	白飯、蔥爆雞丁、蒜香花椰菜、紫菜蛋花湯		香菇玉米粥	●	●	●	●
23	(四)	養生五穀粥	烏龍湯麵(大骨湯. 洋蔥. 紅蘿蔔. 肉絲. 香菇. 魚板. 高麗菜)		南瓜濃湯	●	●	●	●
23	(二)	奶油餐包+養生茶	糙米飯、馬鈴薯燒肉、韭菜炒豆干、薑絲海帶芽湯	蘋果	葡萄乾麵包+決明子茶	●	●	●	●
24	(五)	銀絲卷+米漿	古早味米粉湯(大蒜、豆芽菜、肉絲、高麗菜)		仙草蜜	●	●	●	●
27	(一)	蘿蔔糕湯	五穀飯、梅干扣肉、蒜香菠菜、蔬食香菇湯		雪菜肉絲麵	●	●	●	●
28	(二)	高麗菜鹹粥	餛飩湯麵(餛飩. 肉燥. 韭菜. 豆芽菜)		檸檬愛玉凍	●	●	●	●
29	(三)	黑糖饅頭+豆漿	白飯, 菜頭滷杏鮑菇, 蒜香花椰菜, 薑絲蛤礪湯(菜頭, 油豆腐, 油菜, 薑絲, 蛤礪)	香蕉	日式關東煮	●	●	●	●
30	(四)	肉燥南瓜粥(素肉燥, 南瓜, 香菇絲, 芹菜)	什錦湯麵(麵條, 豬肉絲, 紅蘿蔔, 豆芽菜, 小白菜)		地瓜綠豆牛奶湯	●	●	●	●
31	(五)	蔬菜蛋餅	白飯, 紅燒豆腐, 滷豆干, 白蘿蔔, 蒜炒空心菜、紫菜蛋花湯(豆腐, 豆干, 白蘿蔔, 空心菜, 紫菜, 蛋)		豆花	●	●	●	●

*本園食用有機蔬菜、米飯以白米與糙米、五穀米輪流混合烹調、當季水果。

*每月餐點內容物偶遇季節氣候因數而做滾動式調整。

*本園餐點食材盡不食用加工性食品。

*本園豬肉食品均食用台灣豬，敬請家長們放心。

