

愛幼幼兒園 112 年 5 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
5/2（二）	冬菜冬粉湯(木耳、豆 芽菜、青江菜)	養生地瓜粥、苔香芝麻鬆、香菇肉丁魯 、蔥珠玉米烘蛋、炒 高麗菜、鳳梨	波羅麵包、養生茶
5/3（三）	蒸地瓜、紫菜湯	糙米飯、南瓜肉末、塔香豆乾、小黃瓜炒蛋、什錦蔬菜湯(蕃 茄、洋蔥、高麗菜、紅蘿蔔)、西瓜	黑糖西米露
5/4（四）	南瓜小米粥	螞蟻上樹冬粉、木耳、高麗菜、肉末、紅蘿蔔絲、冬瓜蛤蠣湯、 香蕉	綠豆地瓜湯 (綠豆、地瓜)
5/5（五）	法國吐司 水果茶 (蘋果、西瓜、鳳梨)	輕食素麵菇菇羹（髮菜、香菇、鴻喜菇、金針菇、紅蘿蔔絲、素 排骨酥、金針花、香菜）、蘋果	麻油枸杞麵線
5/8（一）	牛奶麥片	香菇油飯（香菇、肉燥、紅蘿蔔、青豆仁） 四神湯（薏苡仁、芡實、茯苓、蓮子）、火龍果	關東煮 (白蘿蔔、紅蘿蔔、昆布高湯、日式火 鍋料)
5/9（二）	地瓜沙拉餅(地瓜、紅 蘿蔔)、海芽湯	古早味旗魚米粉羹（雞胸骨高湯、蛋酥、白蘿蔔、高麗菜、紅蘿蔔、 香菇、芹珠、青蒜、魚羹）、鳳梨	雙色花捲饅頭 養生茶(紅棗、枸杞、菊花)
5/10（三）	蔬菜煎餅(高麗菜、紅 蘿蔔)五穀奶	梅乾扣肉飯、蘿蔔炒蛋、蒜香高麗菜 味噌豆腐湯、西瓜	皮蛋瘦肉粥(皮蛋、瘦肉、油條、 芹菜珠)
5/11（四）	地瓜粥、小菜(麵筋花 生、薑絲小白菜)	高麗菜水餃（高麗菜、蔥珠、絞肉）、酸辣湯（榨菜絲、肉絲、金 針菇、木耳、豆腐、紅蘿蔔絲）、香蕉	地瓜甜湯圓
5/12（五）	藍莓麵包 牛蒡紅棗枸杞茶	黃金小米飯、蘿蔔海帶燒肉、枸杞絲瓜、木須豆腐(木耳、豆腐)、 芹香白菜魚丸湯、芭樂	傳統鹹粥(香菇、絞肉、蝦米、高麗菜)
5/15（一）	叻仔魚粥 (洋蔥、雞蛋、青蔥)	海鮮粥（蝦仁、中卷、高麗菜、白蘿蔔、紅蘿蔔、肉絲）、火龍果	豬肝麵線
5/16（二）	纖蔬水餃湯 (高麗菜、紅蘿蔔、木 耳、芹菜)	古早味炒米粉(小蝦米、高麗菜、木耳、肉絲)、榨菜肉絲湯、 鳳梨	黑糖饅頭、麥茶
5/17（三）	酥炸地瓜 牛奶	地瓜籤飯、紅燒甜不辣、蝦米瓠瓜、炒青江、紫菜湯、西瓜	雞蛋豆花
5/18（四）	玉米濃湯	蕃茄海鮮義大利麵（番茄、蝦仁、蛤蜊、筍丁、肉末）、蘿蔔 排骨湯、香蕉	綜合水果凍(桑葚、鳳梨、冬瓜茶 底)
5/19（五）	蔬菜蛋餅(小白菜、豆 腐、紅蘿蔔)海芽湯	健骨芝麻飯，馬鈴薯燉肉、白菜燴翅、薑味尼龍菜、金針排骨湯 (金針、紅蘿蔔、排骨、香菇)、芭樂	餛飩麵(餛飩、白菜)
5/22（一）	小米燕麥粥	鳳梨蝦仁炒飯（鳳梨丁、蝦仁、甜豆、青蔥）、 什錦水果茶（西瓜、鳳梨、蘋果、冬瓜茶）	枸杞麵線
5/23（二）	法國土司(蛋、牛 奶)、豆漿	鯖魚茄汁麵（茄汁鯖魚罐、絲瓜、高麗菜、肉末）、鳳梨	布丁麵包、牛奶
5/24（三）	麻油雞蛋麵線 (雞蛋、青江菜)	香菇櫻花蝦蔬菜悶飯（香菇、櫻花蝦、芋頭）、肉燥淋醬、青菜 豆腐湯(青江菜、豆腐、大骨)、西瓜	蔬菜雞蓉粥(雞胸肉、香菇、紅蘿蔔、 高麗菜、芹菜)
5/25（四）	玉米蔬菜蛋蛋粥 (玉米、高麗菜、紅蘿 蔔、蛋)	漢堡、玉米濃湯、香蕉	白玉竹輪湯(白蘿蔔、竹輪、紅蘿蔔、 高麗菜)
5/26（五）	吐司南瓜泥	洋蔥豬柳飯、蕃茄炒蛋、九層塔海帶筋、 玉米排骨湯、芭樂	番茄醬汁麵 (蕃茄、洋蔥、絞肉)
5/29（一）	牛奶脆片	雞丁咖哩飯(雞柳、紅甜椒、洋蔥、甜豆、馬鈴薯、紅蘿蔔、咖哩塊)、 火龍果	葡萄乾小米粥
5/30（二）	蔬菜蛋餅(高麗菜、青 蔥)、味噌湯(豆腐、 海芽、味噌)	什錦蔬菜湯麵（肉絲、豆芽、小白菜、魯貢丸）、鳳梨	紅豆麵包、紫菜蛋花湯
5/31（三）	芝麻煎餅、糙米漿	五穀米飯、玉米肉丁、燒豆腐、蠔油炒芥藍、 黃瓜排骨湯、 西瓜	山藥穀穀粥 (山藥、穀米)

◎為孩子健康，本園提供餐點皆為少油、低鹽料理，飲料皆為低糖飲料，請家長放心！

◎餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。

★★ 本園一律使用國產豬肉食品

