

雙連幼兒園 115 年 5 月份餐點表

日期	星期	早點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	水果
1	五	勞動節						
4	一	葡萄乾燕麥奶	醬燒紅蘿蔔馬鈴薯、蕃茄炒蛋、木耳雞肉湯 青菜-、水果-	芝麻包	✓	✓	✓	✓
5	二	毛巾捲	黃金魚塊、開陽白菜、玉米湯 青菜-、水果-	小米蔓越莓粥	✓	✓	✓	✓
6	三	紅豆紫米粥	咖哩飯、味噌豆腐湯 青菜-、水果-	奶油義大利麵	✓	✓	✓	✓
7	四	蕃茄蛋花湯	叉燒肉、黃瓜燴丸子、菇菇湯 青菜-、水果-	紅藜餅乾 五穀奶	✓	✓	✓	✓
8	五	山藥麥片粥	醬爆雞丁、螞蟻上樹、昆布蘿蔔湯 青菜-、水果-	客家米苔目	✓	✓	✓	✓
11	一	綠豆沙西米露	杏鮑菇海帶滷、玉米炒蛋、榨菜肉片湯 青菜-、水果-	香菇蔬菜麵	✓	✓	✓	✓
12	二	水煮蛋 水果	蕃茄白菜燉鯛魚、珍珠丸子、菠菜湯 青菜-、水果-	南瓜鹹粥	✓	✓	✓	✓
13	三	關東煮	什錦炒麵、紫菜蛋花湯 青菜-、水果-	豆漿吐司 牛奶	✓	✓	✓	✓
14	四	蔬菜雞肉粥	京醬肉絲、家常豆腐、牛蒡湯 青菜-、水果-	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
15	五	慶生蛋糕	韓式烤雞、醬燒冬瓜肉末、蕃茄蛋花湯 青菜-、水果-	馬拉糕	✓	✓	✓	✓
18	一	乳酪蔓越莓麵包	紅燒烤麩塊、菜脯蛋、木耳肉絲湯 青菜-、水果-	日式拉麵	✓	✓	✓	✓
19	二	海帶芽豆腐湯	西魯肉、炒三絲、洋蔥味噌湯 青菜-、水果-	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
20	三	綠豆薏仁	親子丼、小魚黃豆芽湯 青菜-、水果-	滑蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
21	四	豆皮細粉	照燒雞、燴雙菇、大黃瓜湯 青菜-、水果-	冰心地瓜	✓	✓	✓	✓
22	五	桂圓枸杞粥	刈薯燒肉、日式燒豆腐、紫菜蛋花湯 青菜-、水果-	奶黃包	✓	✓	✓	✓
25	一	卡士達元寶	蘿蔔麵輪白菜滷、炒素木須、蘿蔔魚丸湯 青菜-、水果-	銀絲捲	✓	✓	✓	✓
26	二	毛豆 水果	糖醋雞丁、紅燒南瓜、香芹蘿蔔湯 青菜-、水果-	鍋燒烏龍麵	✓	✓	✓	✓
27	三	什錦蔬菜湯	海苔飯、玉米鮪魚、白菜香菇湯 青菜-、水果-	蘇打餅乾 蜂蜜金桔	✓	✓	✓	✓
28	四	奶油小布利麵包	三杯雞、刈薯炒肉末、金針花冬瓜湯 青菜-、水果-	水餃	✓	✓	✓	✓
29	五	香菇玉米粥	打拋豬、滑蛋豆腐、紫菜蛋花湯 青菜-、水果-	小蛋塔	✓	✓	✓	✓

- ◎每週安排兩次五穀雜糧飯，週一推行蔬食餐。
- ◎餐點完全不添加味精，並以少油、少鹽、低糖為原則。
- ◎全面使用台灣豬肉，食品皆為知名廠牌之產品。
- ◎本餐點表若因時令或配合活動時，可能稍作更改，敬請見諒。

承辦：

主任：

園長：