

**臺南市私立第一堡幼兒園 114 學期第二學期 5 月份餐點計畫表**

日期	星期	上午點心	午餐	季節水果	下午點心	全穀雜糧類	豆蛋魚肉類	蔬菜類	水果類
1	五	<b>五一勞動節放假</b>							
4	一	朝氣麵線: 麵線. 麻油. 雞蛋	白飯:白米 洋蔥豬柳燴飯:豬肉絲. 洋蔥. 高麗菜 紅蘿蔔 排骨竹筍湯:排骨. 竹筍	火龍果	紅豆湯	V	V	V	V
5	二	黑糖饅頭 牛奶	鹹粥:白米. 豬肉絲. 高麗菜. 香菇	蘋果	麵包 養生茶: 紅棗. 枸杞	V	V	V	V
6	三	元氣餛飩湯: 餛飩. 小白菜	擔仔麵:麵條. 豬肉絲. 烏蛋. 紅蘿蔔 豆芽 貢丸湯:貢丸. 小白菜	芭樂	小餐包 養生茶: 桂圓	V	V	V	V
7	四	板條湯:板條 豆芽. 韭菜 肉燥	白飯:白米 炒三絲:豆干絲. 紅蘿蔔絲. 海帶絲 青菜:油菜 豆薯蛋花湯:豆薯. 雞蛋	番茄	肉絲冬粉	V	V	V	V
8	五	吐司 米漿	白飯:白米 豆干肉燥:豆干. 豬絞肉 青菜:高麗菜. 紅蘿蔔 香菇雞湯:香菇. 雞肉	鳳梨	蘿蔔糕湯: 白蘿蔔糕 韭菜. 豆芽 肉燥	V	V	V	V
11	一	鍋燒雞絲麵: 雞絲麵. 雞蛋 小白菜	白飯:白米 肉燥油豆腐:豬絞肉. 油豆腐 青菜:高麗菜. 紅蘿蔔 排骨蘿蔔湯:排骨. 白蘿蔔	芭樂	薏仁湯	V	V	V	V
12	二	白饅頭 米漿	什錦烏龍麵:烏龍麵. 豬肉絲. 小白菜 香菇. 雞蛋	火龍果	蘋果麵包 養生茶: 枸杞. 紅棗	V	V	V	V
13	三	香甜玉米濃 湯:玉米. 奶 油. 雞蛋	義大利麵:麵條. 豬絞肉. 洋蔥. 番茄 三色豆 魚丸湯:魚丸. 小白菜	蘋果	麵包 養生茶: 桂圓	V	V	V	V
14	四	南瓜粥: 白米. 南瓜	白飯:白米 玉米炒蛋:雞蛋. 玉米 青菜:高麗菜. 紅蘿蔔 當歸湯:當歸. 素肉燥	番茄	關東煮: 黑輪. 貢丸 白蘿蔔	V	V	V	V
15	五	可口脆片 牛奶	美味漢堡:漢堡麵包. 雞蛋. 小黃瓜 豬肉片 味噌湯:海帶芽. 味噌	鳳梨	肉絲冬粉	V	V	V	V
18	一	營養湯麵: 烏龍麵. 肉燥 小白菜	白飯:白米 咖哩燴飯:豬肉丁. 洋蔥. 紅蘿蔔. 馬 鈴薯 排骨金針湯:排骨. 金針	香蕉	芋香西米露	V	V	V	V
19	二	黑糖饅頭 豆漿	鹹粥:香菇. 白米. 豬肉絲. 高麗菜	蘋果	小餐包 養生茶: 紅棗. 枸杞	V	V	V	V
20	三	香甜玉米濃 湯:玉米. 奶 油. 雞蛋	白飯:白米 麻婆豆腐:豬絞肉. 豆腐 青菜:油菜 鮮魚湯:魚肉. 薑絲	鳳梨	蘋果麵包 養生茶: 桂圓	V	V	V	V

21	四	養氣米苔目: 米苔目.肉燥 小白菜	白飯:白米 馬鈴薯魯麵輪:馬鈴薯.麵輪 青菜:高麗菜.紅蘿蔔 小白菜豆腐:小白菜.豆腐	芭樂	叻仔魚粥: 白米.叻仔 魚	V	V	V	V
22	五	全麥吐司 牛奶	大滷麵:麵條.肉羹.高麗菜.紅蘿蔔 木耳絲	火龍果	關東煮: 黑輪.貢丸 白蘿蔔	V	V	V	V
25	一	朝氣麵線: 麵線.麻油. 雞蛋	白飯:白米 豆干炒肉絲:豆干.豬肉絲 青菜:高麗菜.紅蘿蔔 排骨玉米湯:排骨.玉米	茂谷	綠豆湯	V	V	V	V
26	二	白饅頭 米漿	香菇肉絲湯麵:麵條.香菇.小白菜 雞蛋	番茄	麵包 養生茶: 紅棗.枸杞	V	V	V	V
27	三	板條湯:板條 韭菜.肉燥 豆芽	炒麵:麵條.豬肉絲.洋蔥.木耳絲 豆芽.紅蘿蔔 金針肉絲湯:金針.豬肉絲	蘋果	小餐包 養生茶: 桂圓	V	V	V	V
28	四	元氣餛飩湯: 餛飩.小白菜	白飯:白米 紅蘿蔔炒蛋:紅蘿蔔.雞蛋 青菜:油菜 鮮菇湯:杏鮑菇.金針菇	芭樂	米粉湯: 米粉.豆芽 韭菜.肉燥	V	V	V	V
29	五	吐司 豆漿	水餃:高麗菜水餃 紫菜蛋花湯:紫菜.雞蛋	鳳梨	鍋燒意麵: 小白菜.意 麵.雞蛋	V	V	V	V

若遇到園方活動、節慶日，以當日活動、節慶日點心為準。



臺南市私立第一堡幼兒園 115.4 製