

新北市五股國小附設幼兒園 112 學年度第 2 學期 5 月份菜單



日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
5/1	三	生日蛋糕. 水果	糙米飯. 香滷二節翅. 魚板蒸蛋. 時令青菜. 味噌湯	湯餃	✓	✓	✓	✓
5/2	四	小肉包. 薏仁糙米漿. 水果	台式炒麵. 時令青菜. 青菜豆腐湯	清麵線	✓	✓	✓	✓
5/3	五	馬拉糕. 黑豆漿. 水果	黑芝麻飯. 京醬肉絲. 滷豆干. 時令青菜. 磨菇濃湯	四神湯	✓	✓	✓	✓
5/6	一	玉米湯. 水果	胚芽米飯. 三杯雞. 五柳豆包. 時令青菜. 馬鈴薯大骨湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
5/7	二	金黃燒賣. 鮮奶. 水果	五穀飯. 豆干肉燥. 豆腐滷白菜. 時令青菜. 玉米排骨湯	羅宋湯	✓	✓	✓	✓
5/8	三	油豆腐細麵. 水果	糙米飯. 糖醋雞丁. 玉米肉末. 時令青菜. 紫菜蛋花湯	小羅宋. 優酪乳	✓	✓	✓	✓
5/9	四	毛豆. 枸杞湯. 水果	白米飯. 清蒸鯛魚. 蔥花炒蛋. 時令青菜. 牛蒡排骨湯	蔬菜貢丸湯	✓	✓	✓	✓
5/10	五	三種水果	黑芝麻飯. 蠔油雞丁. 蛤蜊蒸蛋. 時令青菜. 香菇雞湯	大滷麵	✓	✓	✓	✓
5/13	一	蘿蔔糕. 黑豆漿. 水果	咖哩飯. 時令青菜. 海帶芽大骨湯	茶葉蛋. 麥茶	✓	✓	✓	✓
5/14	二	銀魚粥. 水果	五穀飯. 炸排骨. 什錦豆腐. 時令青菜. 番茄黃芽湯	布丁	✓	✓	✓	✓
5/15	三	玉米脆片. 鮮奶. 水果	糙米飯. 紅燒梅花肉. 番茄炒蛋. 時令青菜. 白菜肉片湯	菇菇湯	✓	✓	✓	✓
5/16	四	稀飯. 炒蛋. 脆瓜. 水果	白米飯. 茄汁里肌. 乾扁豆干. 時令青菜. 薑絲魚湯	雙色起司土司. 柳橙汁	✓	✓	✓	✓
5/17	五	綜合堅果 2歲葡萄乾+莓果 . 米漿. 水果	紫米飯. 紅燒獅子頭. 甜不辣. 時令青菜. 紅蘿蔔排骨湯	米粉湯	✓	✓	✓	✓
5/20	一	鍋燒意麵. 水果	五穀飯. 蜜汁雞腿. 紅燒杏包菇. 時令青菜. 芹香冬瓜湯	蒸地瓜. 麥茶	✓	✓	✓	✓
5/21	二	奶黃包. 薏仁糙米漿. 水果	胚芽飯. 豆酥扁鱈魚. 蒜蓉素雞. 時令青菜. 胡瓜湯	酸辣湯	✓	✓	✓	✓
5/22	三	蒸餃. 米漿. 水果	茄汁三色螺絲麵. 時令青菜. 玉米濃湯	味噌拉麵湯	✓	✓	✓	✓
5/23	四	毛豆. 鮮奶. 水果	黑芝麻飯. 洋蔥豬柳. 長豆肉末. 時令青菜. 蛤蜊湯	關東煮	✓	✓	✓	✓
5/24	五	魚丸冬粉. 水果	糙米飯. 麥輪燒肉. 玉米炒蛋. 時令青菜. 胡瓜排骨湯	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
5/27	一	小黑糖饅頭. 鮮豆漿. 水果	白米飯. 蠔油雞片. 薑絲海帶. 時令青菜. 南瓜湯	日式烏龍湯麵	✓	✓	✓	✓
5/28	二	古早味麵疙瘩. 水果	紫米飯. 甜椒雞丁. 炒花枝丸. 時令青菜. 牛蒡排骨湯	奶露芝心. 蘋果汁	✓	✓	✓	✓
5/29	三	紫米珍珠丸子. 米漿. 水果	五穀飯. 麻婆豆腐. 乾扁四季豆. 時令青菜. 黃豆芽大骨湯	魚丸湯	✓	✓	✓	✓
5/30	四	南瓜濃湯. 水果	紫米飯. 粉蒸排骨. 鮮蔬百頁. 時令青菜. 海帶味噌湯	豆花	✓	✓	✓	✓
5/31	五	小兔包. 黑豆芝麻鮮豆漿. 水果	水餃. 滷蛋. 時令青菜. 青菜豆腐湯	肉羹麵線	✓	✓	✓	✓

備註:◎本餐點食譜內容, 將視季節天候狀況及教學活動所需, 而隨機調整。

◎本園一律使用國產豬肉、牛肉食材, 經檢測不含萊克多巴胺。

◎本園未使用輻射汙染食品、上午點心均有水果

