

臺北市文山區萬興國民小學附設幼兒園 104 年 5 月營養餐點表

日期	星期	上午點心	午餐內容	下午點心
5/01	五	DIY 三明治、鮮奶	八方雲集煎餃、燙花椰菜、大骨筍片湯	什錦水果餐
5/04	一	生日蛋糕、養樂多	糙米飯、南瓜肉末、香椿百頁、炒空心菜、黃瓜魚丸湯	壽司條、味噌湯
5/05	二	清粥/炒蛋/肉鬆	糙米飯、香煎豬排、滷筍絲、炒高麗菜、薑絲黃金硯湯	花生醬土司、鮮奶
5/06	三	台南擔仔麵	糙米飯、炒三鮮、筍白筍肉絲、炒油菜、小魚海芽湯	油豆腐細粉
5/07	四	活力海鮮粥	糙米飯、玉米滑雞丁、火腿炒蛋、炒地瓜葉、青菜蛋花湯	活力三明治、阿華田
5/08	五	丹麥菠蘿、晶球優酪乳	義大利麵、香酥小雞塊、燙花椰菜、洋芋雞湯	什錦水果餐
5/11	一	玉米脆片、鮮奶	糙米飯、香腸蒜苗、百菇豆腐、炒大陸妹、芹香蘿蔔湯	奶香餐包、玉米濃湯
5/12	二	蚵仔麵線	糙米飯、滷香棒棒腿、金茸細粉、炒菠菜、木瓜排骨湯	仙草綠豆湯
5/13	三	吻仔魚莧菜粥	糙米飯、三杯透抽、雙色海絲、炒空心菜、牛蒡鮮菇湯	薯條、果汁
5/14	四	蔥花麵包、豆漿	糙米飯、筍絲燒肉、蕃茄炒蛋、炒小白菜、蘿蔔黑輪湯	碗粿、紫菜蛋花湯
5/15	五	蘿蔔糕湯	水餃、炒青江菜、酸辣湯	什錦水果餐
5/18	一	黑糖饅頭、米漿	糙米飯、豆腐涼薯絞肉、素炒杏包菇、炒油菜、香菇肉羹湯	花生豆花甜湯
5/19	二	奶皇包、黑豆漿	糙米飯、橙汁雞丁、甜豆花枝、炒芥蘭菜、薏仁排骨湯	沙琪瑪、養生茶
5/20	三	珍珠丸子、青菜豆腐湯	糙米飯、清蒸魚、小黃瓜甜不辣、枸杞甘藍芽、冬粉肉絲湯	燻雞沙拉麵包、草莓優酪乳
5/21	四	黑豆、鮮奶	糙米飯、紅燒獅子頭、洋蔥炒蛋、清炒蘆筍、魚板時蔬湯	蔬菜蛋餃湯
5/22	五	肉末玉米粥	南洋炒飯、鮮菇美生菜、味噌豆腐鮭魚湯	什錦水果餐
5/25	一	燒賣、青菜蛋花湯	糙米飯、蘑菇肉片、麻婆豆腐、涼拌小黃瓜、海鮮濃湯	玉米熱狗麵包、麥茶
5/26	二	豆沙包、豆漿	糙米飯、芋頭燒雞、小魚煎蛋、炒青江菜、虱目魚丸湯	高麗菜排骨粥
5/27	三	什錦烏龍麵	糙米飯、豆酥鱈魚、照燒百頁、炒空心菜、豆芽蕃茄排骨湯	芝麻湯圓
5/28	四	核桃麵包、鮮奶	糙米飯、京醬肉絲、黃瓜鵪鶉蛋、炒菠菜、養生雞湯	銀耳蓮子湯
5/29	五	壽司飯、味噌湯	雞肉親子燒、炒高麗菜、玉米排骨湯	什錦水果餐

午餐均附時令水果一份，以上餐點寶貝若有不適合，請儘早通知老師。