



鳴遠幼兒園五月份營養餐點表 114.5.1-5.31



日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	四	5/1(一)勞動節 放假一天			√	√	√	√
2	五	海帶芽銀魚粥	五穀飯、香酥魚、香菇燴冬瓜、時令青菜、金針湯	蘿蔔糕湯	√	√	√	√
5	一	地瓜粥、小菜	五穀飯、瓜子肉、滷豆腐、時令青菜、雙色蘿蔔湯	肉絲麵線	√	√	√	√
6	二	蔬菜湯餃麵	壽星腿庫飯、時令青菜、牛蒡湯	紫米紅豆粥	√	√	√	√
7	三	南瓜玉米粥	五穀飯、豆腐燒肉、芹菜海帶絲、時令青菜、玉米蛋花湯	蕃茄蔬菜麵	√	√	√	√
8	四	米苔目湯	五穀飯、蘿蔔扣肉、洋蔥炒蛋、時令青菜、羅宋湯	八寶粥				
9	五	玉米翡翠粥	五穀飯、紅燒魚、玉米蛋、時令青菜、紫菜蛋花湯	香菇麵線				
12	一	米苔目鹹湯	五穀飯、紅燒扣肉、菇菇燴豆腐、時令青菜、冬瓜湯	豆花甜湯				
13	二	高麗菜瘦肉粥	香菇肉絲炒麵、時令青菜、鮮菇濃湯	蔬菜肉絲麵				
14	三	擔仔麵	五穀飯、冬瓜滷肉、小黃瓜炒鮮菇、時令青菜、吻仔魚湯	南瓜瘦肉粥				
15	四	營養穀片牛奶	五穀飯、香菇瓜子肉、紅燒豆腐、時令青菜、大黃瓜湯	黑糖饅頭 、養生茶	√	√	√	√
16	五	地瓜鮮蔬粥	五穀飯、柳葉魚、番茄炒蛋、開陽白菜、羅宋湯	八寶粥	√	√	√	√
19	一	冬菜冬粉	五穀飯、馬鈴薯燒肉、蔥蛋、時令青菜、金針湯	高麗菜肉絲粥	√	√	√	√
20	二	鮮菇肉絲麵	水餃、滷豆乾海帶、玉米湯	果醬吐司 養生茶	√	√	√	√
21	三	滑蛋蔬菜粥	五穀飯、雙菇滷肉、蔬菜肉絲冬粉、時令青菜、蘿蔔湯	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
22	四	蘿蔔糕湯	五穀飯、冬瓜扣肉、時令青菜、玉米炒蛋、海帶芽湯	蛋花肉絲細粉	√	√	√	√
23	五	大滷麵	五穀飯、香酥魚、黃瓜燴鮮菇、時令青菜、蔬菜豆腐湯	番茄蔬菜粥	√	√	√	√
26	一	芋頭瘦肉粥	五穀飯、紅燒滷肉、菜脯蛋、時令青菜、黃瓜湯	鮮菇肉絲麵	√	√	√	√
27	二	絲瓜麵線	什錦蛋炒飯、時令青菜、紫菜蛋花湯	關東煮	√	√	√	√
28	三	蔬菜肉絲粥	五穀飯、滷肉燒豆腐、炒南瓜、時令青菜、牛蒡湯	芋頭瘦肉冬粉	√	√	√	√
29	四	香菇蔬菜麵	五穀飯、冬瓜滷肉、洋蔥炒蛋、時令青菜、玉米蛋花湯	香菇麵線	√	√	√	√
30	五	5/30(五)-6/01(日)端午節連假 放假3天			√	√	√	√

※餐後附有水果；餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所更動。

※【本園肉類食材採用國內在地肉品，向芬芳食材供應商採買!特此告知!】

*本園一律使用國產豬、牛肉食材

*本園未使用輻射污染食品