

屏東縣水泉國小附設幼兒園 114 學年度第 2 學期 5 月份餐點計劃表 (115.5)

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
5/1	五	勞動節放假		
5/4	一	珍珠丸子、紫菜蛋花湯	白米飯 香滷雞腿 白菜滷 時令蔬菜 枸杞冬瓜湯	關東煮
5/5	二	自製早餐-飯糰、鮮奶	糙米飯 銀蘿肉丁 紅燒豆腐 時令蔬菜 紫菜湯	鮮奶 綠豆薏仁
5/6	三	香菇排骨粥	白米飯 蔥油雞肉飯 什錦高麗菜 酸辣湯	海鮮高麗菜蛋煎、無糖豆漿
5/7	四	蔬菜餛飩麵	紫米飯 炸醬肉末 彩繪扁蒲 有機蔬菜 牛蒡雞湯	蕃茄豆腐鯛魚湯
5/8	五	水餃、味噌豆腐湯	白米飯 味噌燒肉片 海苔洋芋炒蛋 時令蔬菜 冬瓜綠豆西米露	黑糖糕、鮮奶
5/11	一	蘿蔔糕、玉米蛋花湯	白米飯 韓式炸雞 豆芽炒三絲 時令蔬菜 四神湯	鮮蔬鮭魚湯
5/12	二	木須蔬菜炒麵	糙米飯 三杯魷魚 醬燒地瓜干丁 時令蔬菜 蔬菜玉米湯	蘋果派、鮮奶
5/13	三	肉絲蔬菜炒飯	麵條 茄汁肉醬麵 燒烤雞翅 蘿蔔排骨湯	燒肉小黃瓜蛋煎、無糖豆漿
5/14	四	古早味板條湯	五穀飯 香滷肉丁 柴魚大白菜 有機蔬菜 鮮瓜雞湯	南瓜蔬菜排骨湯
5/15	五	番茄肉絲蛋炒飯	白米飯 京醬肉絲 萵菇高麗菜炒蛋 時令蔬菜 結頭菜湯	奶皇包、鮮奶
5/18	一	小籠湯包、紅棗枸杞茶	白米飯 香雞排 韓式白菜年糕 時令蔬菜 豆腐味噌湯	香菇雞腿肉湯
5/19	二	自製早餐-水果優格	糙米飯 義式香料魚 清炒涼薯 時令蔬菜 好彩頭湯	鮮奶 紅豆粉粿
5/20	三	鮪魚蛋炒飯	白米飯 咖哩燴飯 照燒豬排 香菇高麗菜雞湯	燒肉蔥抓餅、無糖豆漿
5/21	四	叻仔魚粥	紫米飯 瓜仔雞 珍菇冬瓜 有機蔬菜 肉骨茶湯	冬瓜蛤蠣湯
5/22	五	鮮菇豬肉麵線	白米飯 家鄉肉燥 洋蔥炒蛋 時令蔬菜 黑糖地瓜薏仁湯	水煮玉米、鮮奶
5/25	一	煎餃、無糖豆漿	白米飯 香酥豬排 蒜香高麗菜 時令蔬菜 藥膳排骨湯	古早滷味
5/26	二	鮭魚蔬菜蛋炒飯	糙米飯 白醬燒雞 塔香豆包 時令蔬菜 紫菜蛋花湯	蘿蔔虱目魚湯
5/27	三	清粥小菜	白米飯 台式飯湯 五香滷雞翅	起士蛋餅、無糖豆漿
5/28	四	鮮蔬油豆腐冬粉湯	五穀飯 沙茶肉片 黃瓜炒黑輪 有機蔬菜 香菇蘿蔔雞湯	原味鬆餅、鮮奶
5/29	五	雞茸玉米粥	白米飯 紅燒雞 起司玉米炒蛋 時令蔬菜 海芽味噌湯	鮮菇豆腐湯

日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容		
5/4	珍珠丸子 決明子	5/5	白米、紫米 肉鬆、雞蛋 玉米粒、小黃瓜 紅蘿蔔、海苔片 鮮奶	5/6	白米、豬排骨 香菇、高麗菜	5/7	麵條、餛飩 小白菜、青蔥	5/8	豬肉水餃 海帶、豆腐 味噌	5/11	蘿蔔糕 玉米粒 雞蛋 青蔥	5/12	麵條、黑木耳 雞蛋、高麗菜 紅蘿蔔、香菇 金針菇
日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容		
5/4	玉米、白蘿蔔 香菇、黃金魚丸 豬血糕、黑輪條	5/5	綠豆、薏仁 鮮奶	5/6	蝦仁、小卷 魚板、雞蛋 無糖豆漿	5/7	番茄 豆腐 鯛魚 金針菇	5/8	黑糖糕 鮮奶	5/11	鮮奶 白吐司 蘋果 雞蛋	5/12	鯛魚 高麗菜、洋蔥 高麗菜、金針菇
日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容	日期	早點心 食材內容		
5/13	白米 豬肉絲、洋蔥 高麗菜、毛豆仁 紅蘿蔔	5/14	板條 豬絞肉、黑木耳 香菇、青江菜 洋蔥、芹菜	5/15	白米 糙米 豬肉絲 番茄 雞蛋 番茄醬 青蔥								
		日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容	日期	午點心 食材內容		
5/13	無糖豆漿 雞蛋 豬肉片 小黃瓜	5/14	南瓜 高麗菜 紅蘿蔔 排骨(豬)	5/15	鮮奶 奶皇包								