

新北市三重區光榮國民中學附設幼兒園 111年度下學期5月份餐點表

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
5/1	一	奶皇包、豆漿	白飯	冬瓜肉燥	魚板蒸蛋	有機蔬菜	排骨南瓜湯	時令水果	雞茸玉米濃湯	√	√	√	√
5/2	二	鮭魚玉米粥	糙米飯	糖醋魚	蔥燒豆腐	有機蔬菜	牛蒡雞湯	時令水果	什錦甜湯	√	√	√	√
5/3	三	雞絲麵	紫米飯	玉米雞丁	蘿蔔燒麵輪	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	芋頭包、優酪乳	√	√	√	√
5/4	四	白菜雲吞湯	五穀飯	鮮菇肉片	蝦仁炒蛋	有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	綠豆地瓜湯	√	√	√	√
5/5	五	瓠瓜鹹粥	蕃茄肉醬義大利麵			有機蔬菜	冬瓜貢丸湯	時令水果	克林姆麵包、牛奶	√	√	√	√
5/8	一	黑糖饅頭、鮮奶	白飯	馬鈴薯燒肉	菜脯蔥花蛋	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	珍珠丸、燕麥飲	√	√	√	√
5/9	二	鮮蔬湯餃	什錦肉羹燴飯			有機蔬菜	味噌魚片湯	時令水果	山藥肉末粥	√	√	√	√
5/10	三	金瓜米粉	糙米飯	紅燒獅子頭	菜豆炒肉絲	有機蔬菜	海芽玉米蛋花湯	時令水果	地瓜條、決明子	√	√	√	√
5/11	四	絲瓜麵線	地瓜飯	鳳梨雞丁	什錦鵪鶉蛋	有機蔬菜	蛤蜊冬瓜湯	時令水果	雙色豆花	√	√	√	√
5/12	五	香菇瘦肉粥	時蔬咖哩雞肉飯			有機蔬菜	羅宋湯	時令水果	葡萄吐司、柚子茶	√	√	√	√
5/15	一	脆片鮮奶	白飯	味噌豬肉	小魚炒蛋	有機蔬菜	排骨蘿蔔湯	時令水果	擔仔麵	√	√	√	√
5/16	二	雞火粥	滑蛋蝦仁燴飯			有機蔬菜	鳳梨雞湯	時令水果	馬拉糕、蜂蜜檸檬	√	√	√	√
5/17	三	肉包、豆漿	五穀飯	腰果雞丁	香菇豆腐	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	紅豆鮮奶	√	√	√	√
5/18	四	雞肉蔬菜粥	紫米飯	紅燒肉	筍白筍炒肉絲	有機蔬菜	養生菇湯	時令水果	雞蛋布丁、蔬菜餅	√	√	√	√
5/19	五	生日蛋糕、小麥飲	奶油鮭魚義大利麵			有機蔬菜	味噌豆腐蛋花湯	時令水果	日式關東煮	√	√	√	√
5/22	一	銀絲卷、優酪乳	白飯	打拋豬肉	滑蛋絲瓜	有機蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	花生豆花	√	√	√	√
5/23	二	貴妃鮑魚粥	五穀飯	南洋咖哩雞	香菇豆包	有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	時令水果	鍋貼、豆奶	√	√	√	√
5/24	三	芝麻包、牛奶	海苔飯	沙茶里肌	滷蛋	有機蔬菜	香菇順氣湯	時令水果	鮮味火鍋	√	√	√	√
5/25	四	花枝羹湯	糙米飯	紅燒魚	豆干炒肉絲	有機蔬菜	蛤蜊雞湯	時令水果	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
5/26	五	香芋鹹粥	鳳梨蛋炒飯			有機蔬菜	豆腐魚片湯	時令水果	可頌麵包、果汁	√	√	√	√
5/29	一	鮮奶饅頭、米漿	白飯	壽喜燒豬	蕃茄炒蛋	有機蔬菜	結頭菜排骨湯	時令水果	燒賣、牛奶	√	√	√	√
5/30	二	南瓜肉粥	水餃		滷雞腿	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	薏仁牛奶麥片	√	√	√	√
5/31	三	咖哩魚丸冬粉	紫米飯	嫩雞燒豆腐	蝦仁燴黃瓜	有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	時令水果	玉兔包、決明子	√	√	√	√

備註：

1. 本園一律使用國產豬肉食材。
2. 本園未使用輻射汙染食品。
3. 本餐點內容如遇特殊情況(貨品短缺、氣候變化、特殊活動等)，會進行適當調整。