

新北市瑞芳區瑞柑國小附設幼兒園 110 學年度第二學期 5 月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐						下午點心	每日食物類別一覽表			
			主食	主菜	副菜	有機蔬菜	湯	其他		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
2	一	玉米肉末粥	香米飯	香煎豬肉排	金沙杏包菇	小松菜	台式肉羹湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
3	二	小肉包+豆漿	地瓜飯	三杯雞	紅燒豆腐	荷葉菜	味增豆腐湯	水果	水煮蛋+養生茶	✓	✓	✓	✓
4	三	蛋香雞絲麵	雞肉咖哩飯	紅燒肉		青松菜	玉米濃湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
5	四	銀絲卷+米漿	地瓜飯	油雞	番茄炒蛋	福山菜	牛蒡雞湯	水果	花生仁湯	✓	✓	✓	✓
6	五	生日蛋糕/豆漿	海鮮炒麵	烤雞捲		山菠菜	山藥排骨湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
9	一	田園蔬菜粥	地瓜飯	鳳梨蝦球	絲瓜蒸蛋	油菜	玉筍鮮菇湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
10	二	蘿蔔糕湯	香米飯	紅燒魚片	玉米炒蛋	黑葉菜	黃瓜排骨湯	水果	堅果玉米脆片	✓	✓	✓	✓
11	三	蔥抓餅/米漿	芝麻飯	馬鈴薯燉肉	螞蟻上樹	A 菜	番茄蛋花湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
12	四	什錦湯麵	五穀飯	滷小雞腿	蔥花蛋	蘿蔓菜	冬瓜蛤蠣湯	水果	養生小米粥	✓	✓	✓	✓
13	五	起司饅頭/豆漿	雞肉咖哩飯	龍鳳腿		小白菜	玉米排骨湯		水果+優酪乳	✓	✓	✓	✓
16	一	蔬菜鍋燒麵	香米飯	瓜子肉	韭菜甜不辣	小松菜	香菇雞湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
17	二	黑糖饅頭/米漿	五穀飯	鹹酥雞	三色蛋	荷葉菜	蘿蔔肉羹湯	水果	蒸地瓜+養生茶	✓	✓	✓	✓
18	三	白菜餛飩湯	芝麻飯	古早味滷肉	煎雞蛋豆腐	青松菜	海帶排骨湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
19	四	芝麻包+豆漿	地瓜飯	滷小雞翅	番茄炒蛋	福山菜	味增豆腐湯	水果	養生八寶粥	✓	✓	✓	✓
20	五	田園蔬菜粥	什錦炒麵	花枝丸		山菠菜	南瓜濃湯		水果+牛奶	✓	✓	✓	✓
23	一	鍋燒烏龍麵	香米飯	京都排骨	洋蔥炒蛋	油菜	紫菜蛋花湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
24	二	什錦冬粉湯	五穀飯	香煎雞腿排	煎荷包蛋	黑葉菜	玉筍鮮菇湯	水果	水煮蛋+養生茶	✓	✓	✓	✓
25	三	蛋香雞絲麵	海鮮燴飯	紅燒肉		塔菇菜	蛤蠣雞湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
26	四	起司饅頭/豆漿	五穀飯	油雞	胡蘿蔔炒蛋	白莧菜	金針排骨湯	水果	堅果玉米脆片	✓	✓	✓	✓
27	五	清粥小菜	地瓜飯	鳳梨蝦球	玉米炒蛋	小白菜	蘿蔔丸子湯		水果+優酪乳	✓	✓	✓	✓
30	一	白菜餛飩湯	香米飯	瓜子肉	韭菜甜不辣	小松菜	香菇雞湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓
31	二	香蔥抓餅/米漿	五穀飯	鹹酥雞	煎雞蛋豆腐	荷葉菜	蘿蔔肉羹湯	水果	蒸地瓜+養生茶	✓	✓	✓	✓

餐點老師：

郭佳惠

主任：

李安瑩

校長/園長：

王淑芬