

新北市瑞芳區瑞柑國小附設幼兒園 114 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	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	五	勞 動 節 放 假											
4	一	小肉包+豆漿	香米飯	洋蔥豬柳	香煎荷包蛋	黑葉菜	海帶排骨湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
5	二	蔬菜鍋燒麵	芝麻飯	香煎豬肉排	玉米烘蛋	青油菜	香菇雞湯	水果	鮮奶玉米脆片	✓	✓	✓	✓
6	三	玉米起司蛋餅+鮮奶	五穀飯	滷小雞腿	胡蘿蔔炒蛋	山菠菜	冬瓜蛤蜊湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
7	四	義大利肉醬麵	地瓜飯	糖醋魚柳	香煎豆腐	空心菜	番茄蛋花湯	水果	甜玉米+鮮奶	✓	✓	✓	✓
8	五	生日蛋糕+鮮奶	什錦炒麵	油雞		味美菜	玉筍鮮菇湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
11	一	起司饅頭+豆漿	香米飯	塔香鹹酥雞	洋蔥炒蛋	青松菜	味增豆腐湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
12	二	香蔥抓餅+鮮奶	芝麻飯	檸檬香煎鮭魚	馬鈴薯炒肉末	油 菜	蘿蔔丸子湯	水果	養生八寶粥	✓	✓	✓	✓
13	三	田園蔬菜粥	五穀飯	古早味滷肉	玉米炒蛋	小白菜	番茄鮮菇雞湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
14	四	草莓吐司+鮮奶	地瓜飯	香煎雞腿排	紅燒豆腐	白莧菜	黃瓜排骨湯	水果	水煮蛋+米漿	✓	✓	✓	✓
15	五	白菜餛飩湯	海鮮燴飯	龍鳳腿		荷葉菜	紫菜蛋花湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
18	一	校 慶 運 動 會 補 假											
19	二	義大利肉醬麵	芝麻飯	京都排骨	香菇蒸蛋	油 菜	玉米濃湯	水果	烤地瓜+鮮奶	✓	✓	✓	✓
20	三	玉米起司蛋餅+鮮奶	五穀飯	瓜子肉燥	胡蘿蔔炒蛋	味美菜	蛤蜊雞湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
21	四	什錦冬粉湯	地瓜飯	鳳梨蝦球	紅燒豆腐	空心菜	玉筍鮮菇湯	水果	鮮奶玉米脆片	✓	✓	✓	✓
22	五	清粥小菜	肉燥乾麵	滷豆乾海帶	滷烏蛋	山菠菜	蘿蔔排骨湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
25	一	蛋香雞絲麵	香米飯	洋蔥炒雞肉	香煎荷包蛋	小松菜	南瓜濃湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
26	二	草莓吐司+豆漿	芝麻飯	檸檬香煎鮭魚	韭菜甜不辣	黑葉菜	山藥雞湯	水果	水煮蛋+米漿	✓	✓	✓	✓
27	三	水餃蛋花湯	五穀飯	馬鈴薯燉肉	香煎豆腐	小白菜	黃瓜丸子湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
28	四	香蔥抓餅+鮮奶	地瓜飯	塔香鹹酥雞	番茄炒蛋	白莧菜	蘿蔔肉羹湯	水果	芝麻包+豆漿	✓	✓	✓	✓
29	五	香菇雞肉粥	咖哩雞肉飯	紅糟肉		荷葉菜	味增豆腐湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓

餐點老師：

教師李姿瑩

主任：

幼兒園主任王淑芬

校長/園長：

校長乃瑞春

備註：

- (一)依「幼兒園教保服務實施準則」第12條：本園提供符合幼兒年齡及發展需求之餐點。以自行烹煮方式為原則，其供應原則如下：1. 營養均衡、衛生安全及易於消化。2. 少鹽、少油、少糖。3. 避免供應刺激性及油炸類食物。4. 每日均衡提供六大類食物。5. 本園肉類食材，採用國內在地豬肉，向正青蔬菜行採買。6. 本校未使用輻射污染食品。
- (二)每月發餐點表給家長參閱，若孩子身體有特殊狀況需要個別調整，請家長再跟老師說。

