

新北市瑞芳區瑞柑國小附設幼兒園 113 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	四	什錦烏龍麵	香米飯	塔香鹹酥雞	紅燒豆腐	味美菜	鮭魚味增湯	水果	鮮奶玉米脆片	✓	✓	✓	✓
2	五	鍋燒意麵	海鮮炒麵	烤雞捲		青江菜	玉筍鮮菇湯		水果+優酪乳	✓	✓	✓	✓
5	一	芝麻包+豆漿	五穀飯	糖醋魚片	煎荷包蛋	黑葉菜	紫菜蛋花湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
6	二	起司蛋餅+鮮奶	地瓜飯	馬鈴薯燉肉	韭菜甜不辣	青油菜	黃瓜排骨湯	水果	水煮蛋+豆漿	✓	✓	✓	✓
7	三	黑糖饅頭+豆漿	芝麻飯	檸檬香煎鮭魚	番茄炒蛋	小白菜	海帶蛋花湯		水果+養生茶	✓	✓	✓	✓
8	四	清粥小菜	香米飯	香煎豬肉排	三杯杏包菇	福山菜	香菇雞湯	水果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
9	五	蛋香雞絲麵	鮭魚松子炒飯	紅糟肉		青江菜	番茄蛋花湯		水果+米漿	✓	✓	✓	✓
12	一	小肉包+豆漿	五穀飯	古早味滷肉	玉米烘蛋	小松菜	翡翠吻仔魚湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
13	二	白菜餛飩湯	地瓜飯	鳳梨蝦球	紅燒豆腐	黑葉菜	南瓜濃湯	水果	銀絲卷+鮮奶	✓	✓	✓	✓
14	三	法式吐司+鮮奶	芝麻飯	滷小雞腿	洋蔥炒蛋	白莧菜	冬瓜蛤蜊湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
15	四	雞絲冬粉湯	香米飯	三杯雞	蒸蛋	荷葉菜	黃瓜排骨湯	水果	烤地瓜+養生茶	✓	✓	✓	✓
16	五	鮭魚蛋餅+豆漿	海鮮燴飯	龍鳳腿		空心菜	玉筍鮮菇湯		水果+米漿	✓	✓	✓	✓
19	一	校 慶 補 假											
20	二	水餃蛋花湯	五穀飯	京都排骨	蝦仁炒蛋	青松菜	玉米濃湯	水果	鮮奶玉米脆片	✓	✓	✓	✓
21	三	起司饅頭+米漿	地瓜飯	滷小雞翅	鮮菇四季豆	小白菜	紫菜蛋花湯		水果+養生茶	✓	✓	✓	✓
22	四	什錦冬粉湯	芝麻飯	檸檬香煎鮭魚	煎荷包蛋	青江菜	山藥雞湯	水果	黑糖饅頭+鮮奶	✓	✓	✓	✓
23	五	起司玉米蛋餅+鮮奶	肉燥乾麵	滷豆干海帶	滷烏蛋	白莧菜	玉筍鮮菇湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
26	一	蔥抓餅+鮮奶	香米飯	古早味滷肉	螞蟻上樹	小松菜	蘿蔔丸子湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
27	二	義大利肉醬麵	香米飯	紅燒魚片	煎雞蛋豆腐	青松菜	海帶蛋花湯	水果	小肉包+優酪乳	✓	✓	✓	✓
28	三	銀絲卷+鮮奶	五穀飯	蔥爆豬柳	玉米炒蛋	味美菜	鮭魚味增湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
29	四	蔬菜鍋燒麵	地瓜飯	香煎豬肉排	韭菜甜不辣	空心菜	翡翠吻仔魚湯	水果	花生仁湯	✓	✓	✓	✓
30	五	端 午 節 放 假											

餐點老師：

幼兒園
教師 王淑芬

主任：

幼兒園
主任 李姿瑩

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，向正青蔬果行採買。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。



家長代表

瑞柑園

瑞柑園