

台灣基督長老教會朴子教會附設嘉義縣私立東明幼兒園

114 學年度第二學期 5 月份餐點表

日期	星期	營養早餐	營養午餐	下午點心	每日餐點均含四大類食物
1	五		勞動節放假一天		
4	一	地瓜粥、滷肉末豆輪	什錦鮮蔬炒麵、時蔬、蛋花湯、 水果	紅豆麥仁湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
5	二	饅頭、牛奶	地瓜飯、蠔油雞肉片、時蔬、枸杞山藥湯、 水果	廣東粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
6	三	蔬菜蘿蔔糕湯	白米飯、滷肉排、時蔬、玉米大骨湯、 水果	冬瓜菜燕	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
7	四	鮮蔬鹹粥	白米飯、雞肉咖哩、青花菜、冬瓜蛤蠣湯、 水果	青菜餛飩麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
8	五	什錦細粉	白米飯、蘿蔔燒肉、時蔬、脆筍高湯、 水果	黑糖饅頭 麥茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
11	一	清粥小菜	白米飯、滷桂竹筍、時蔬、紫菜湯、 水果	綠豆薏仁	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
12	二	吐司、豆漿	燕麥飯、三杯雞、時蔬、青菜豆腐湯、 水果	關東煮	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
13	三	擔仔麵	白米飯、糖醋雞丁、時蔬、紅白雙蘿湯、 水果	古早味豆花	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
14	四	牛奶麥片	地瓜飯、打拋豬、時蔬、金針湯、 水果	日式拉麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
15	五	營養鹹粥	肉燥乾麵、時蔬、營養鮮魚湯、 水果	饅頭、豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
18	一	絲瓜麵線	白米飯、菜脯蛋、時蔬、大頭菜湯、 水果	仙草蜜	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
19	二	魷仔魚粥	茄汁義大利麵、時蔬、馬鈴薯排骨湯、 水果	傳統飯糰	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
20	三	青菜湯麵	地瓜飯、香菇肉燥、時蔬、芹珠貢丸湯、 水果	吐司、麥茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
21	四	雞茸粥	什錦肉絲炒飯、時蔬、香菇雞湯、 水果	鍋燒意麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
22	五	饅頭、牛奶	白米飯、蠔油小雞腿、時蔬、蘿蔔大骨湯、 水果	雞蛋布丁	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
25	一	蛋花冬粉	五色炒飯、時蔬、大黃瓜湯、 水果	檸檬愛玉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
26	二	玉米濃湯	白米飯、紅燒滷肉、時蔬、三絲湯、 水果	黑糖紅豆	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
27	三	肉燥麵	白米飯、什錦家常肉羹、時蔬、 水果	草莓吐司 豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
28	四	蔬菜粥	紫米飯、瓜瓜蒸肉、時蔬、黃金蚬湯、 水果	綜合滷味	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
29	五	西式湯餃	白米飯、京醬肉絲、時蔬、味噌豆腐湯、 水果	芋香西米露	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果

★~本園一律使用國產豬、牛肉食材~★

★~每週一 蔬食健康又環保~★