

新北市三重區光興國小附設幼兒園113學年度第二學期五月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐						下午點心	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
5月1日	四	馬拉糕 麥茶	白飯	豬肉丼	炸豆腐	有機蔬菜	海帶結湯	時令水果	玉米濃湯	✓	✓	✓	✓
5月2日	五	米苔目湯	胚芽米飯	清蒸鱈魚	金菇白菜	有機蔬菜	南瓜排骨湯	時令水果	草莓麵包 柚子茶	✓	✓	✓	✓
5月5日	一	銀絲卷 豆漿	白飯	杏鮑菇炒甜椒	咖哩洋芋	有機蔬菜	冬瓜湯	時令水果	愛玉湯	✓	✓	✓	✓
5月6日	二	雞肉末粥	紫米飯	紅燒豬腱肉	炒高麗菜	有機蔬菜	雙菇湯	時令水果	奶皇包 麥茶	✓	✓	✓	✓
5月7日	三	葡萄麵包 米漿	海鮮燴麵		優質雞塊	有機蔬菜	海帶蛋花湯	時令水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
5月8日	四	芋頭米粉	白飯	紅燒獅子頭	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	紅蘿蔔排骨湯	時令水果	花生豆花	✓	✓	✓	✓
5月9日	五	擔仔麵	燕麥飯	三杯雞	花椰菜	有機蔬菜	鮮魚味噌湯	時令水果	起司蛋三明治 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
5月12日	一	蔬菜玉米粥	白飯	滷素輪	炒豆干	有機蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	小牛角 仙草茶	✓	✓	✓	✓
5月13日	二	奶酥吐司 薏仁糙米漿	白飯	芝麻梅花肉	枸杞甘藍芽	有機蔬菜	馬鈴薯紅蘿蔔排骨湯	時令水果	冬菜冬粉湯	✓	✓	✓	✓
5月14日	三	米粉湯	水餃		滷小翅腿	有機蔬菜	竹筍雞湯	時令水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
5月15日	四	南瓜堅果饅頭 黑芝麻豆奶	燕麥米飯	雞腿	螞蟻上樹	有機蔬菜	魷魚羹	時令水果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
5月16日	五	雙蛋粥	白飯	香煎鮭魚	肉片絲瓜	有機蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	玉米鮮奶酪	✓	✓	✓	✓
5月19日	一	芋頭吐司 麥芽牛奶	白飯	滷味三色	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	素鮮菇湯	時令水果	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
5月20日	二	寧波年糕湯	紫米飯	打拋豬	甜豆炒花枝	有機蔬菜	鮮魚味噌湯	時令水果	小兔包 仙草茶	✓	✓	✓	✓
5月21日	三	雞絲麵	乾炒板條		喜相逢	有機蔬菜	海結蘿蔔湯	時令水果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
5月22日	四	肉燥冬粉	白飯	油蔥雞	番茄燴豆腐	有機蔬菜	蛤蜊冬瓜湯	時令水果	黑糖小饅頭 柳橙汁	✓	✓	✓	✓
5月23日	五	慶生會	白飯	清蒸鯛魚	洋蔥肉絲	有機蔬菜	番茄蔬菜湯	時令水果	紅白小湯圓	✓	✓	✓	✓
5月26日	一	鮮奶饅頭 優酪乳	白飯	芹菜豆包	清炒花椰菜	有機蔬菜	番茄豆腐湯	時令水果	白木耳蓮子湯	✓	✓	✓	✓
5月27日	二	芋頭粥	白飯	瓜仔肉	玉米雞丁	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	珍珠丸 養樂多	✓	✓	✓	✓
5月28日	三	絲瓜麵線	粽子		滷蛋	有機蔬菜	南瓜排骨湯	時令水果	魚丸湯	✓	✓	✓	✓
5月29日	四	小波蘿 鮮奶	五穀米飯	壽喜燒肉片	酥炸土魷魚	有機蔬菜	紅棗雞湯	時令水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
5月30日	五	端午節放假一天											

1. 本菜單含有甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等不適合其過敏體質者食用。幼兒如有對食物過敏者，請家長主動告知班級老師，以免誤食造成身體不適。
2. 本餐點由「統鮮美食股份有限公司~洪雅琇營養師」設計，以少糖少鹽少油調味，季節性食材供應為主，若需適度調整時，敬請見諒！
3. 本園一律使用國產豬肉食材。
4. 本園未使用輻射污染食品。

承辦人

教保員林娟如

園主任

教師兼
附幼主任 洪翌婷

校(園)長 6415

校長鄭秋嬋

教師兼附幼
保育組長 楊玉珠