臺南市私立上恩幼兒園111學年度 第二學期 5月份餐點表

| 日期 | 星期 | 早 餐 | 午 餐 | 水果 | 下午  點心 | 五穀根莖類 | 魚肉蛋奶 | 蔬菜類 | 水果類 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | 一 | 勞動節放假一天 | | | | | | | |
| **2** | 二 | 藍莓吐司+牛奶 | **自助餐**-(瓜仔肉.紅蘿蔔炒蛋.白飯)  **紫菜蛋花湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **3** | 三 | 起司吐司+豆漿 | **鮪魚炒飯**  玉米.毛豆.鮪魚.洋蔥.飯  **金針排骨湯** | 西瓜 | 紅豆湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **4** | 四 | 蘿蔔肉末粥 | **什錦炒麵**  紅蘿蔔.木耳.高麗菜.香菇.肉絲.麵  **青菜豆腐湯** | 鳳梨 | 薯條 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **5** | 五 | 可可饅頭+豆漿 | **南瓜奶油燴飯**  南瓜.竹筍.紅蘿蔔.高麗菜.洋蔥.白飯 | 芭樂 | 小叮噹  蛋糕 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **8** | 一 | 清粥小菜 | **鐵板麵**  玉米.紅蘿蔔.青豆.洋蔥.麵.番茄醬  **玉米濃湯** | 鳳梨 | 關東煮 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **9** | 二 | 草莓吐司+牛奶 | **自助餐**-(筍干五花肉.炒高麗菜.白飯  **魚丸湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **10** | 三 | 肉鬆吐司+豆漿 | **培根炒飯**洋蔥.玉米.毛豆.培根.蛋.飯  **吻仔魚蛋花湯** | 西瓜 | 愛玉凍 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **11** | 四 | 雞蓉玉米粥 | **鍋燒意麵**（肉片.火鍋料.白菜.意麵） | 香瓜 | 手工  甜不辣 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **12** | 五 | 草莓饅頭+豆漿 | **豬柳燴飯**  豬肉.青豆.馬鈴薯.紅蘿蔔.咖哩.白飯 | 芭樂 | 香蕉蛋糕 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **15** | 一 | 清粥小菜 | **炸醬麵**(拉麵.豆干.紅蘿蔔.毛豆)  **味噌湯** | 鳳梨 | 餛飩湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **16** | 二 | 奶酥吐司+牛奶 | **自助餐**-三杯雞.炒油菜.白飯  **榨菜肉絲湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **17** | 三 | 沙拉蛋吐司+豆漿 | **夏威夷炒飯**洋蔥.玉米.青豆.香腸.鳳梨.  **羅宋湯** | 西瓜 | 布丁 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **18** | 四 | 鮮魚蔬菜粥 | **鴨肉冬粉湯**(鴨肉.冬粉.酸菜) | 鳳梨 | 海苔飯糰 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **19** | 五 | 黑糖饅頭+豆漿 | **菇菇燴飯**  豬肉.香菇.金針菇.杏鮑菇.紅蘿蔔.白飯 | 芭樂 | 蜂蜜蛋糕 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **22** | 一 | 清粥小菜 | **水餃**、**酸辣湯** | 鳳梨 | 馬鈴薯濃湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **23** | 二 | 花生吐司+ 牛奶 | **自助餐**  (滷海帶、豬肉、豆輪.黑輪.蒜香高麗菜.飯)  **香菇雞湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **24** | 三 | 鮪魚吐司+豆漿 | **鹹豬肉炒飯**（鹹豬肉.玉米.洋蔥.毛豆.飯）  **蘿蔔排骨湯** | 西瓜 | 綠豆湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **25** | 四 | 南瓜粥 | **漢堡(蛋沙拉.豬肉排.小黃瓜)**  **翡翠羹湯** |  | 雞塊 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **26** | 五 | 小肉包+豆漿 | **咖哩豬肉燴飯**  （豬肉.洋蔥.紅蘿蔔.咖哩.白飯） | 芭樂 | 蘋果麵包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **29** | 一 | 清粥小菜 | **紅燒排骨麵**  （排骨.紅蘿蔔.白蘿蔔.尼龍白菜.拉麵） | 鳳梨 | 魚羹 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **30** | 二 | 芝麻吐司+牛奶 | **自助餐-**(醬燒豬肉.炒空心菜)  **冬瓜湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **31** | 三 | 起司吐司+豆漿 | **咖哩雞肉炒飯**（雞肉.青豆仁.洋蔥.飯）  **大黃瓜魚丸湯** | 西瓜 | 仙草凍 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

**★本園不使用牛肉，一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉。**

**※每日餐後「水果」如有更換以當令水果為主。※週二~自助餐「炒蔬菜」如有更換以當季蔬菜為主**

**製表人：陳芳芳 廚師:陳淑芬**