

## 財團法人耕莘健康管理專科學校附設新北市私立實驗幼兒園 108 學年度第學期幼兒餐點表 5 月

		一 5/4	二 5/5	三 5/6	四 5/7	五 5/8
第一週	早點心	南瓜粥	蛋絲麵線	火腿三明治 牛奶	湯板條	鮮奶饅頭 豆漿
	午餐	醬燒魚排/紅蘿蔔炒蛋 炒青菜/蘿蔔肉片湯	洋蔥燴豬排/蔥燒豆腐 炒青菜/冬瓜排骨湯	炒烏龍麵/花枝丸 炒青菜/蕃茄豆腐湯	泰式雞排/五香豆干 炒青菜/蓮藕排骨湯	野餐日/梅干扣肉 炒青菜/山藥雞湯
	午點心	生日蛋糕 麥茶	起司漢堡 米漿	關東煮	吐司披薩 麥茶	餛飩麵
		一 5/11	二 5/12	三 5/13	四 5/14	五 5/15
第二週	早點心	蔬菜瘦肉粥	擔仔麵	起司三明治 牛奶	肉燥冬粉湯	馬來糕 豆漿
	午餐	芝麻照燒魚/蔥花煎蛋 炒青菜/冬瓜蛤蠣湯	南瓜燉肉/滷豆腐 炒青菜/榨菜肉絲湯	肉羹飯/烤甜不辣 炒青菜/蘿蔔貢丸湯	醬料雞排/豆干炒肉絲 炒青菜/蔬菜濃湯	馬鈴薯燒肉/三色杏包菇 炒青菜/味噌蛋湯
	午點心	蘿蔔糕 麥茶	鮭魚沙拉堡 米漿	味噌烏龍麵	馬鈴薯焗烤 麥茶	仙草蜜
		一 5/18	二 5/19	三 5/20	四 5/21	五 5/22
第三週	早點心	小魚粥	肉羹麵	全麥三明治/牛奶	貢丸米粉湯	鮮肉包 豆漿
	午餐	糖醋魚/玉米炒蛋 炒青菜/山藥排骨湯	瓜仔肉/糖醋豆腐 炒青菜/紫菜蛋花湯	肉醬義大利麵/烤雞翅 炒青菜/牛蒡排骨湯	蜜汁雞排/滷豆干 炒青菜/黃瓜肉片湯	素咖哩/紅大黃瓜炒貢丸 炒青菜/蘿蔔排骨湯
	午點心	肉絲蔬菜麵	熱狗沙拉堡 米漿	散壽司	焗烤吐司 麥茶	紫米紅豆湯
		一 5/25	二 5/26	三 5/27	四 5/28	五 5/29
第四週	早點心	雞茸玉米粥	蔬菜麵	鮭魚三明治 牛奶	香芹米粉湯	銀絲卷 豆漿
	午餐	紅燒魚/蕃茄炒蛋 炒青菜/黃瓜貢丸湯	蜜汁豬排/脆皮豆腐 炒青菜/雙色蘿蔔湯	什錦炒麵/紅燒茄子 炒青菜/味噌豆腐湯	香料烤雞排/醬爆豆干 炒青菜/玉米段排骨湯	滑蛋豬肉燴飯/彩椒三絲 炒青菜/豆腐蛋花湯
	午點心	雞絲麵	焗烤漢堡 米漿	南瓜煎餅	烤地瓜 麥茶	地瓜甜湯

廚工: 陳意忻

營養師: 賴明宏

園長: 傅麗珍

【註】\*餐點提供時間:上午點心 9:00-9:30,午餐 11:30-12:30,下午點心 15:00-15:30\*餐點會隨課程及時令需要進行調整。每天午餐提供當令新鮮水果

\*菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核。

\*食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食(如:不加未煮熟之蔥花) / 口味輕淡(如:低糖低鹽、少刺激物等)。

\*每月第一個星期五為全園野餐日,當月菜單會公告於幼兒園公佈欄,請家長自行參閱。