

臺北市立士林區百齡國小附設幼兒園 110 年 5 月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐					下午點心	
			主食	主菜	副菜 1	副菜 2	湯品		水果
1	六	週休二日							
2	日								
3	一	芝麻包+鮮奶	白飯	紅燒肉	絲瓜燴金針	炒高麗菜	蓮子排骨湯	水果	田園蔬菜粥
4	二	榨菜肉絲麵	有機糙米飯	薑汁燒雞	丁香玉米筍	燙空心菜	黃瓜湯	水果	餛飩湯
5	三	起司麵包+豆漿	叻仔魚炒飯		綜合滷味	炒蘆筍	牛蒡湯	水果	雞蛋布丁
6	四	生日蛋糕+糙米飲	五穀飯	蔥燒肉片	肉末四季豆	炒絲瓜	玉米湯	水果	肉羹湯
7	五	香菇瘦肉粥	紫米飯	滷虱目魚肚	番茄炒蛋	炒龍鬚菜	香菇雞湯	水果	檸檬愛玉
8	六	週休二日							
9	日								
10	一	地瓜麵包+黑豆飲	紫米飯	紅白燉肉	鮪魚拌玉米	燙高麗菜	蓮子湯	水果	番茄蛋花麵
11	二	肉燥乾麵+蛋花湯	有機十穀飯	筍絲控肉	炒海帶絲	炒蘆筍	薑絲蛤蜊湯	水果	烤地瓜+酸梅湯
12	三	竹筍燕麥粥	洋蔥豬肉炒烏龍		香烤雞柳條	燙地瓜葉	番茄豆腐湯	水果	仙草鮮奶
13	四	冬菜粉絲湯	糙米飯	醬燒肉片	金沙四季豆	炒莧菜	海芽味噌湯	水果	綠豆麥片粥
14	五	蘿蔔糕+海芽湯	燕麥飯	清蒸鱸魚	毛豆炒豆干	炒豆芽菜	冬瓜湯	水果	奶皇包+豆漿
15	六	週休二日							
16	日								
17	一	豆沙包+黑豆奶	紫米飯	洋芋雞腿	洋蔥炒蛋	炒高麗菜	山藥湯	水果	陽春麵
18	二	玉米瘦肉粥	有機紅藜麥飯	蒜泥白肉	蚵仔豆腐	蒜香莧菜	酸菜肉片湯	水果	綠豆仁小米粥
19	三	紅豆麵包+鮮奶	什錦炒麵		五香滷蛋	蒜香地瓜葉	羅宋湯	水果	地瓜湯
20	四	叻仔魚粥	燕麥飯	薑汁肉片	三杯杏鮑菇	炒絲瓜	玉米湯	水果	什錦米粉湯
21	五	客家版條	十穀飯	南瓜燉肉	茄汁甜不辣	炒蘆筍	金針湯	水果	葡萄吐司+豆漿
22	六	週休二日							
23	日								
24	一	起司核桃麵包+鮮奶	地瓜飯	三杯雞	炒干絲	炒高麗菜	蓮藕湯	水果	肉羹湯
25	二	廣東粥	有機五穀飯	五香肉燥	木須豆包	蒜香莧菜	牛蒡排骨湯	水果	鬆餅+糙米飲
26	三	素麵線	咖哩飯		烤魚塊	蒜香A菜	味噌海芽湯	水果	紅豆紫米粥
27	四	燒賣+蛋花湯	糙米飯	台式控肉	家常滷味	燙龍鬚菜	薑絲蛤蜊湯	水果	水果餐
28	五	肉絲米苔目	紅藜麥飯	糖醋肉	蔥香炒蛋	炒豆芽	薏仁排骨湯	水果	雞蛋布丁
29	六	週休二日							
30	日								
31	一	滑蛋燕麥粥	紫米飯	蔥燒雞腿	絲瓜干貝	蒜香地瓜葉	百合肉片湯	水果	薑汁豆花

***本園一律使用原產地為臺灣的豬肉，無供應牛肉。**

*部分葉菜類或食材 視時令季節及市場供應情形彈性調整。

*食材來源：生鮮蔬果及豬雞魚蛋類由臺北農產股份有限公司提供；冷凍乾貨、肉類半成品由東昇米糧食品有限公司提供；西點麵包由馬可先生第一股份有限公司提供。

保育組：

主任：