

## 臺北市文山區景美國小附設幼兒園 113 年 5 月餐點表

5/1	三	燕麥奶&水煮蛋	台式炒麵、蜜汁檸檬雞、蘿蔔貢丸湯、花椰菜、木瓜	魚片蔬菜糙米粥
5/2	四	鮮奶&全麥吐司	五穀飯、照燒肉片、蔥燒豆腐、玉米排骨湯湯、青江菜、火龍果	什錦飯條
5/3	五	蛋香絲瓜粥	紫米飯、紅燒肉、素式小炒、雙菇雞湯、萵苣、鳳梨	蔥蛋吐司&豆漿
5/6	一	全豆豆漿&堅果	廣東粥、三杯肉片、小白菜、芭樂	洋芋什錦湯
5/7	二	優酪乳&蘋果	藜麥飯、親子丼、鮮菇炒肉絲、豆腐味噌湯、高麗菜、香蕉	薑汁地瓜撞奶
5/8	三	燕麥奶&香滷蛋	香菇雞飯、佛跳牆、田園蔬菜湯、花椰菜、哈密瓜	珍珠丸、銀耳蓮子湯
5/9	四	鮮奶&蒸南瓜	十穀飯、洋蔥燒魚、滷蛋馬鈴薯、枸杞雞湯、萵菜、鳳梨	青菜蛋花湯餃
5/10	五	山藥瘦肉粥	紫米飯、打拋豬肉、毛豆芋頭丁、香菇雞湯、高麗菜、葡萄	芝麻包、豆漿
5/13	一	全豆豆漿&堅果	豬肉咖哩飯、茭白三色蔬、蕃茄雞湯、萵苣、芭樂	鮮蔬雞絲麵
5/14	二	優酪乳&香蕉	藜麥飯、清蒸鯛魚、金沙杏鮑菇、蓮藕排骨湯、地瓜葉、蘋果	滷肉麵線
5/15	三	燕麥奶&水煮蛋	炒米苔目、紅燒獅子頭、香菇雞湯、花椰菜、鳳梨	牛奶八寶粥
5/16	四	鮮奶&小饅頭	十穀飯、彩蔬雞丁、薑燒油腐、蘿蔔排骨湯、萵苣、小番茄	蘿蔔糕蛋花湯
5/17	五	麻香雞肉粥	紫米飯、瓜仔肉、炒三鮮、黑棗山藥雞湯、高麗菜、木瓜	鍋貼、豆漿
5/20	一	全豆豆漿&堅果	鮭魚炒飯、香炒雞柳條、海帶排骨湯、豆芽菜、火龍果	鮮蔬排骨粥
5/21	二	優酪乳&蘋果	藜麥飯、鳳梨咕咾肉、蕃茄炒蛋、鯛魚味噌湯、小白菜、香蕉	燕麥粥、肉燥
5/22	三	燕麥奶&香滷蛋	義大利肉醬麵、迷迭香雞排、玉米濃湯、花椰菜、小番茄	鮮菇肉絲麵線
5/23	四	鮮奶&奶油馬鈴薯	十穀飯、滷豬腱、麻香杏鮑菇、青木瓜排骨湯、萵菜、葡萄	蕃茄雞肉麵
5/24	五	筍香肉絲粥	紫米飯、銀芽肉絲、乾煸四季豆、三絲排骨湯、高麗菜、木瓜	紅豆餅、豆漿
5/27	一	全豆豆漿&堅果	肉絲蛋炒飯、泰式雞腿、玉米蛋花湯、地瓜葉、芭樂	關東煮
5/28	二	優酪乳&香蕉	藜麥飯、香菇肉燥、洋蔥燴豆包、海帶結排骨湯、萵苣、蘋果	菜豆肉末粥
5/29	三	燕麥奶&水煮蛋	鮮蔬肉絲炒麵、香滷排骨、鮮菇玉米湯、花椰菜、鳳梨	紅豆紫米粥
5/30	四	鮮奶、蒸南瓜	十穀飯、可樂豬排、奶油炒雙絲、鮭魚味噌湯、青江菜、小番茄	鮮蔬雲吞湯
5/31	五	蒲瓜肉末粥	紫米飯、糖醋肉片、三色炒蛋、蘿蔔排骨湯、高麗菜、芭樂	鮮肉包、豆漿

※本園所提供的肉品及相關製品(例如水餃、鍋貼…)來源,皆為國產並符合CAS標章。

※每日餐點均含全穀、根莖類、魚肉豆蛋奶、蔬菜及水果五大類食物。

※此為預設菜單,會符合菜色供餐。若有天候或供應商等突發因素,或許會稍有更動,恕不另通知。

餐點組:

教保員 王雅玲

園主任:

教師兼 李欣蓮

校長:

康燕玉

