**嘉義縣私立資優生幼兒園109學年度第二學期5月份餐點表**

 **110年 5月 1日~110年 5月 31日**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **日期** |  **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 3 | 一 | 菠菜吻仔魚粥 | 鍋燒意麵、滷肉丸子 ＊ | 紅豆西米露、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 二 | 雜糧饅頭、冬瓜茶 | 豬肉燒豆干、杏苞菇炒黃瓜、魚板蒸蛋、薑絲冬瓜湯 | 愛玉凍、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 三 | 草莓吐司、豆漿 | 刈包、紫菜蛋花湯  | 肉燥麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 四 | 喜瑞爾原味脆片、安佳牛奶 | 雞肉飯、淡味酸菜、滷蛋、牛蒡蘿蔔玉米雞骨湯 | 菠蘿麵包、水果麥茶 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 五 | 蔬菜水餃湯 | 香菇滷肉、金沙豆腐、蒜炒青江菜、日式味增湯 | 果汁布丁、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 10 | 一 | 廣東粥 | 櫻花蝦炒飯、榨菜銀芽炒肉絲、翡翠魚丸湯 | 蒟蒻珍珠、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 二 | 海苔飯捲、麥茶 | 炒烏龍麵、炸杏苞菇花枝丸、豆薯絲蛋花湯 | 綠豆紅薯湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 三 | 粿子條湯 | 馬鈴薯燒肉、榨菜炒麵輪、蒜香油菜、蘿蔔排骨湯 | 草莓吐司、蜂蜜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 豬肉洋蔥珍菇燴飯、皇帝豆排骨湯 | 雞蛋粉絲湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 五 | 雞絲麵 | 香菇肉燥、蕃茄炒蛋、油蔥高麗菜、小魚洋蔥味增湯 | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 一 | 滑蛋瘦肉玉米粥 | 古早味米苔目、滷蛋  | 甘藷綠豆湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 二 | 薯餅，冬瓜蜜茶 | 香煎排骨、毛豆燴豆腐、絲瓜炒蛋、冬瓜蛤蜊湯 | 小菜包、菊花蜜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 三 | 銀絲卷、阿華田 | 肉燥滷麵輪、蒜炒花椰菜、滷筍絲、大黃瓜排骨湯 | 檸檬愛玉、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 豆角香菇干貝瘦肉粥 、滷蛋 | 花捲、桂圓茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 五 | 黑糖饅頭、米漿 | 乾煎魚排、滷貢丸、肉絲炒四季豆、紫菜蛋花湯 | 關東煮、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 一 | 蔬菜雞肉粥 | 鳳梨肉絲炒飯、白菜豆腐湯  | 古早味粉圓、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 二 | 五彩球脆片、雞蛋牛奶 | 滷雞腿、滷海帶、魚板炒小黃瓜、玉米馬鈴薯排骨湯 | 荔枝果凍、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 三 | 菠菜湯餃 | 南瓜香菇瘦肉粥、紅燒魚 | 玉米濃湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 四 | 小豆沙包、豆漿 | 螞蟻上樹、杏苞菇香腸、 昆布柴魚高湯 | 黑糯米丸子、冬瓜蜜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 五 | 燕麥粥 | 瓜子雞肉、蝦米炒弧瓜、蒜炒菠菜、小魚洋蔥味增湯 | 鮮奶饅頭、阿華田、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 31 | 一 | 喜瑞爾巧克力脆片、牛奶 | 什錦炒麵、海帶牙丸子湯 | 芝麻包、桂圓紅棗茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |

**✽本園使用國產豬肉，請家長安心。**

**嘉義縣私立資優生幼兒園109學年度第二學期5月份餐點表**

 **110年 5月 1日~110年 5月 31日**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **日期** |  **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 3 | 一 | 菠菜吻仔魚粥 | 鍋燒意麵、滷肉丸子 ＊ | 紅豆西米露、鳳梨 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 二 | 雜糧饅頭、冬瓜茶 | 豬肉燒豆干、杏苞菇炒黃瓜、魚板蒸蛋、薑絲冬瓜湯 | 愛玉凍、蘋果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 三 | 喜瑞爾原味脆片、草莓牛奶 | 刈包、紫菜蛋花湯  | 肉燥麵、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 四 | 草莓吐司、豆漿 | 雞肉飯、淡味酸菜、滷蛋、牛蒡蘿蔔玉米雞骨湯 | 甘藷綠豆湯、香蕉 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 五 | 蔬菜水餃湯 | 香菇滷肉、金沙豆腐、蒜炒青江菜、日式味增湯 | 果汁布丁、西瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 10 | 一 | 廣東粥 | 櫻花蝦炒飯、榨菜銀芽炒肉絲、翡翠魚丸湯 | 蒟蒻珍珠、芭樂 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 二 | 海苔飯捲、麥茶 | 炒烏龍麵、炸杏苞菇花枝丸、豆薯絲蛋花湯 | 關東煮、蘋果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 三 | 芋頭包、豆漿 | 馬鈴薯燒肉、榨菜炒麵輪、蒜香油菜、蘿蔔排骨湯 | 草莓吐司、蜂蜜茶、香蕉 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 四 | 奶酥吐司、安佳牛奶 | 豬肉洋蔥珍菇燴飯、皇帝豆排骨湯 | 雞蛋粉絲湯、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 五 | 雞絲麵 | 香菇肉燥、蕃茄炒蛋、油蔥高麗菜、小魚洋蔥味增湯 | 仙草蜜、蘋果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 一 | 滑蛋瘦肉玉米粥 | 古早味米苔目、滷蛋  | 小菜包、菊花蜜茶、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 二 | 薯餅，冬瓜蜜茶 | 香煎排骨、毛豆燴豆腐、絲瓜炒蛋、冬瓜蛤蜊湯 | 菠蘿麵包、麥茶、鳳梨 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 三 | 銀絲卷、阿華田 | 肉燥滷麵輪、蒜炒花椰菜、滷筍絲、大黃瓜排骨湯 | 檸檬愛玉、香蕉 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 豆角香菇干貝瘦肉粥 、滷蛋 | 花捲、桂圓茶、鳳梨 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 五 | 黑糖饅頭、米漿 | 乾煎魚排、滷貢丸、肉絲炒四季豆、紫菜蛋花湯 | 綠豆紅薯湯、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 一 | 蔬菜雞肉粥 | 鳳梨肉絲炒飯、白菜豆腐湯  | 古早味粉圓、芭樂 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 二 | 五彩球脆片、雞蛋牛奶 | 滷雞腿、滷海帶、魚板炒小黃瓜、玉米馬鈴薯排骨湯 | 荔枝果凍、香蕉 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 三 | 菠菜湯餃 | 南瓜香菇瘦肉粥、紅燒魚 | 玉米濃湯、西瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 四 | 小豆沙包、豆漿 | 螞蟻上樹、杏苞菇香腸、 昆布柴魚高湯 | 黑糯米丸子、冬瓜蜜茶、蘋果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 五 | 燕麥粥 | 瓜子雞肉、蝦米炒弧瓜、蒜炒菠菜、小魚洋蔥味增湯 | 鮮奶饅頭、阿華田、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 31 | 一 | 喜瑞爾巧克力脆片、牛奶 | 什錦炒麵、海帶牙丸子湯 | 芝麻包、桂圓紅棗茶、香蕉 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
|  |  |  |  |  |  |

**✽本園使用國產豬肉，請家長安心。**