**嘉義縣私立資優生幼兒園113學年度第二學期 5 月份餐點表**

**114年 5 月 1日~114年 5 月 31 日**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 1 | 四 |  | 勞動節放假一天 |  |  |
| 2 | 五 | 麥片粥 | 照燒翅腿、魚香豆腐、蒜香高麗菜、蘿蔔甜不辣雞骨湯 ＊ | 古早味粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 一 | 廣東粥 | 茄汁火腿蛋炒飯、榨菜銀芽炒肉絲、翡翠金針湯＊ | 絲瓜雞蛋麵、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 二 | 喜瑞爾原味脆片、安佳牛奶 | 什錦炒烏龍、昆布柴魚高湯 | 小菠蘿麵包、檸檬蜂蜜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 三 | 花捲、牛奶 | 蔥燒板豆腐、小黃瓜炒雞肉丁、五香筍乾、枸杞牛蒡雞湯 | 養生小米粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 8 | 四 | 草莓吐司、豆漿 | 蠔油蘿蔔、肉末豆乾丁炒毛豆、  蒜香高麗菜、山藥玉米排骨湯 | 貢丸雞絲麵、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 9 | 五 | 燕麥粥 | 五香滷肉、魚板蒸蛋、蒜炒青江菜、蛤蠣冬瓜湯 ＊ | 綠豆粉條湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 一 | 滑蛋瘦肉玉米粥 | 水餃、小魚洋蔥味增湯 | 螺絲卷、養生茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 二 | 菠菜湯餃 | 金瓜炒米粉、紫菜貢丸湯 | 小菜包、麥茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 三 | 薯餅、冬瓜蜜茶 | 咖哩豬肉燴飯、薑絲冬瓜湯 | 肉燥米苔目、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 15 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 洋蔥珍菇肉絲燴飯、鮮蝦毛豆炒芋頭丁、番茄蛋花湯 ＊ | 油豆腐粉絲湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 16 | 五 | 雞絲麵 | 香菇肉燥、金沙豆腐、魚板炒小黃瓜、洋蔥柴魚味增湯 | 鮮奶仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 一 | 絲瓜瘦肉粥 | 麻婆豆腐、糖醋甜不辣、銀芽四季豆、大黃瓜排骨湯 | 紅豆薏仁湯、、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 二 | 牛奶燕麥粥 | 紅醬義大利捲捲麵、滷貢丸、榨菜肉絲白菜湯 | 燕麥綠豆湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 三 | 芋頭包、麥茶 | 五香肉燥、吻仔魚炒蛋、蝦米炒弧瓜、當歸蘿蔔養生湯 | 關東煮、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 22 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 紅糟肉、蠔油百頁、木耳豆皮炒山白菜、海帶芽丸子湯 | 玉米肉末滑蛋粥  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 23 | 五 | 喜瑞爾脆片、  牛奶 | 瓜子雞、菜圃烘蛋、蒜炒高麗菜、脆筍排骨湯 | 檸檬愛玉水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 一 | 莧菜吻魚養生粥 | 香酥魚排、滑蛋鮮菇豆腐羹、五香土豆絲、日式味增湯 | 鍋燒麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 二 | 黑糖饅頭、麥茶 | 海鮮粄條、滷小貢丸＊ | 奶油麵包、菊花茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 三 | 雞蛋吐司、米漿 | 香菇肉燥、紅蘿蔔炒蛋、魚香茄子、金針排骨湯 ＊ | 粿仔湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 29 | 四 | 小饅頭、豆漿 | 台式打拋豬、糖醋豆包、紫菜蛋花湯 | 玉米濃湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 30 | 五 |  | 端午節彈性放假 |  | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 31 | 一 |  | 端午節彈性放假一天 |  | ☑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。**

**＊本園使用履歷米-有身分的米，為每一粒米的安全把關** ，**讓孩子吃得安心，家長放心。**