



日期	星期	早點	午餐						午點	主食類	豆魚蛋肉	蔬菜	水果	奶類	油脂	熱量	
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果		(份)	(份)	(份)	(份)	(份)	(份)	(Kcal)	
5月1日	四		勞動節休假													0	
5月4日	一	水果拼盤 水果2種	藜麥飯	香滷豆腐 手工豆腐	蔥花玉米蛋 玉米粒,蛋,蔥	應青	紅燒蘿蔔湯 白蘿蔔,紅蘿蔔,蕃茄,滷包	水果	古早味豆花 豆花,紅豆,芋圓,花生	3.8	2.4	0.9	2	0	2	679	
5月5日	二	當季水果(個份)	糙米飯	南瓜燉肉 肉片,南瓜	冬瓜鮑菇 冬瓜,整條鮑菇,木耳	應青	紫菜蛋花湯 紫菜,蛋	水果	麵線糊 紅麵線,筍絲,肉絲,紅蘿蔔	3.8	1.7	1.6	2	0	1.8	635	
5月6日	三	慶生會 蛋糕,豆漿	客家炒飯條+香滷豬排+應青+青菜豆腐湯 飯條,豆芽菜,紅蘿蔔,木耳,肉絲+蒜味豬排+應青+小白菜,豆腐						水果	滑蛋粥 高麗菜,蛋,絞肉	5	2.8	1.4	1	0.3	2	790
5月7日	四	水果拼盤 水果2種	薏仁飯	薑母雞 雞丁,米血,高麗菜,老薑	義式洋芋 馬鈴薯,洋蔥,培根,義式香料	應青	黃瓜金菇湯 大黃瓜,金針菇,大骨	水果	奶黃餐包+福樂鮮乳	4	1.4	1.2	2	0.7	1.8	721	
5月8日	五	水果拼盤 水果2種	燕麥飯	打拋豬 絞肉,洋蔥,蕃茄,九層塔	鮮瓜粉絲煲 瓠瓜,冬粉,蛋	應青	肉骨茶湯 肉骨茶包,高麗菜,金針菇	水果	珍珠丸子*3	3.4	2.5	1.7	2	0	1.8	669	
5月11日	一	水果拼盤 水果2種	海苔飯	海結果干 黑干丁,紅蘿蔔,海帶結	洋蔥炒蛋 洋蔥,蛋	應青	枸杞山藥湯 山藥,枸杞	-	起司吐司 白吐司,起司片	3.8	1.7	1.1	1	0.5	1.8	637	
5月12日	二	當季水果(個份)	糙米飯	豆腐肉末 絞肉,豆腐,青蔥	焗烤花菜 花菜,玉米筍,整條鮑菇,乳酪絲	應青	冬瓜雞湯 冬瓜,骨腿	水果	關東煮 蘿蔔,玉米,甜條,凍豆腐,柴魚片	3	2.5	1.8	2	0.3	1.8	689	
5月13日	三	水果拼盤 水果2種	蔥花蛋炒飯+蒲燒鯛魚+應青+味噌豆腐湯 三丁,絞肉,洋蔥,蛋,蔥+蒲燒鯛魚+應青+豆腐,柴魚片,味噌						水果	小籠包*3	3.1	3	0.8	2	0	2	672
5月14日	四	水果拼盤 水果2種	五穀飯	紅燒雞 雞丁,白蘿蔔	腐皮高麗菜 高麗菜,豆包,紅蘿蔔	應青	蕃茄蛋花湯 蕃茄,蛋	水果	可頌+味全鮮乳	3.5	2	1.6	2	0.7	1.8	741	
5月15日	五	水果拼盤 水果2種	紫米飯	薑汁燒肉 肉片,洋蔥,白芝麻	海帶三絲 海帶絲,干絲,紅蘿蔔	應青	青瓜肉絲湯 青木瓜,肉絲	水果	中華愛玉	2.7	2.2	1.7	2	0	1.8	598	
5月18日	一	水果拼盤 水果2種	藜麥飯	回鍋干片 豆干片,高麗菜,紅蘿蔔,青椒	金菇蒸蛋 金針菇,蛋	應青	冬菜鮮蔬湯 冬菜,白蘿蔔,香菇,紅棗	-	小饅頭*2+豆漿	3.5	2.5	1.3	1	0	1.8	606	
5月19日	二	當季水果(個份)	糙米飯	蔥爆肉絲 肉絲,洋蔥,蔥	黃瓜燴魚羹 大黃瓜,魚羹條,木耳	應青	海芽豆腐湯 海帶芽,豆腐	水果	雞絲麵 雞絲麵,蛋,金針菇,肉絲	3.5	2.1	1.5	2	0	1.8	641	
5月20日	三	水果拼盤 水果2種	中華炒麵+香滷雞排+應青+瓠瓜鮮湯 白油麵,高麗菜,紅蘿蔔,木耳,肉絲+生鮮雞排+應青+瓠瓜,蝦米,大骨						水果	餛飩湯 餛飩*3,金針菇	3.1	2.5	1.3	2	0	1.8	638
5月21日	四	水果拼盤 水果2種	麥片飯	洋芋燉肉 絞肉,馬鈴薯,紅蘿蔔	田園玉米 玉米粒,毛豆,絞肉,生腰果	應青	黃瓜魚丸湯 大黃瓜,魚丸	水果	黑糖餐包+統一鮮乳	3.8	2	1.1	2	0.7	2	759	
5月22日	五	水果拼盤 水果2種	小米飯	三杯雞 雞丁,小黃瓜,整條鮑菇,九層塔	豆包炒銀芽 黃豆芽,豆包,木耳	應青	南瓜肉絲湯 南瓜,肉絲	水果	蒸蘿蔔糕	4.5	1.9	1.1	2	0	1.8	686	
5月25日	一	水果拼盤 水果2種	薏仁飯	茄汁油豆腐 油豆腐,蕃茄,洋蔥	菜脯蛋 菜脯,蛋,蔥	應青	洋芋香菇湯 洋芋,香菇	水果	水煮玉米*1	4.3	1.5	1.2	2	0	1.8	645	
5月26日	二	當季水果(個份)	糙米飯	冬瓜燒雞 骨腿,冬瓜	梅菜燒筍干 筍乾,梅干菜,肉絲(少)	應青	玉米鮮湯 玉米段,大骨	水果	瘦肉粥 絞肉,雞蛋,玉米粒	4.3	2	1.4	2	0	1.8	687	
5月27日	三	水果拼盤 水果2種	什錦燴飯+翅小腿+應青+黃瓜大骨湯 肉片,高麗菜,紅蘿蔔,木耳,玉米筍+翅小腿*2+應青+大黃瓜,大骨						水果	貢丸湯 貢丸,白蘿蔔	2.5	2.8	1.5	2	0	1.8	624
5月28日	四	水果拼盤 水果2種	燕麥飯	糖醋魚丁 魚丁(不要水黨),百頁豆腐,鳳梨	炒雙花 青花菜,白花菜,紅蘿蔔	應青	海芽蛋花湯 海帶芽,蛋	水果	鮮奶饅頭+福樂鮮乳	3.5	1.8	1.3	2	0.7	1.8	719	
5月29日	五	水果拼盤 水果2種	五穀飯	香菇肉燥 絞肉,洋蔥,香菇	脆炒豆薯 豆薯,小車輪,紅蘿蔔	應青	羅宋湯 高麗菜,蕃茄,洋蔥,大骨	水果	黃金布丁	3	2	1	2	0.3	1.8	631	

※依合約規範：生鮮豬肉、雞肉使用CAS或履歷證明之產品。

菜單設計：營養師 陳芮安

主管：幼兒園部主任 劉芷瑩

※本菜單部份菜色含有過敏原(甲殼類/海鮮及其製品/蛋類/堅果類/芝麻/麩質之穀物/花生/大豆/奶類/芒果)，不適合對其過敏體質者食用。