

基隆市立安心幼兒園 111 年 5 月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬 菜	水 果
2	一	香菇素肉包/低糖豆漿	什錦素炒飯		涼拌豆干	季節鮮蔬	百菇蔬菜湯	時令水果	湯粿條	◆	◆	◆	◆
3	二	雞茸玉米粥	胚芽飯	日式壽喜燒	紅絲甜不辣	季節鮮蔬	肉骨茶湯	時令水果	蔥油餅	◆	◆	◆	◆
4	三	肉燥乾拌麵	燕麥飯	瓜仔肉	芝麻海帶芽	季節鮮蔬	牛蒡排骨湯	時令水果	仙草蜜	◆	◆	◆	◆
5	四	香蒜麵包/香醇牛奶	芝麻飯	咖哩雞肉	茶碗蒸	季節鮮蔬	羅宋湯	時令水果	赤肉羹湯	◆	◆	◆	◆
6	五	冬菜冬粉湯	薏仁飯	糖醋魚柳	腐皮燴鮮菇	季節鮮蔬	髮菜豆腐湯	時令水果	鮮奶脆片	◆	◆	◆	◆
9	一	鮮奶饅頭/糙米漿	沙茶素燴飯		破布子蒸蘿蔔	季節鮮蔬	番茄蔬菜湯	時令水果	切仔湯麵	◆	◆	◆	◆
10	二	香菇滑蛋粥	紫米飯	蔥油雞柳	茄汁豆包	季節鮮蔬	金針湯	時令水果	玉米湯	◆	◆	◆	◆
11	三	麵線湯	糙米飯	京醬肉絲	味噌馬鈴薯	季節鮮蔬	關東煮湯	時令水果	銀絲卷	◆	◆	◆	◆
12	四	慶生蛋糕/紅棗枸杞茶	蕎麥飯	茶香雞腿	四季豆炒蛋	季節鮮蔬	冬瓜排骨湯	時令水果	水煮玉米	◆	◆	◆	◆
13	五	奶油蘑菇濃湯	地瓜飯	豆鼓魚片	大黃瓜炒竹輪	季節鮮蔬	蒜香雞湯	時令水果	香甜布丁	◆	◆	◆	◆
16	一	小菜包/低糖豆漿	義大利番茄麵		涼拌金針菇	季節鮮蔬	南瓜濃湯	時令水果	蘿蔔糕湯	◆	◆	◆	◆
17	二	瘦肉粥	胚麥飯	西芹炒雞柳	螞蟻上樹	季節鮮蔬	筍片肉絲湯	時令水果	綜合滷味	◆	◆	◆	◆
18	三	香菇麵	燕麥飯	梅乾菜蒸肉	金沙筴白筍	季節鮮蔬	莧菜小魚湯	時令水果	薑汁豆花	◆	◆	◆	◆
19	四	草莓麵包/桂圓茶	芝麻飯	雙薯燉肉	蒜茸素雞片	季節鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令水果	餛飩湯	◆	◆	◆	◆
20	五	米粉湯	薏仁飯	豆瓣鯛魚	客家小炒	季節鮮蔬	蘿蔔排骨湯	時令水果	奶酪	◆	◆	◆	◆
23	一	芋泥饅頭/糙米漿	素滷肉飯		雪菜豆乾丁	季節鮮蔬	海帶芽蛋花湯	時令水果	蔬菜通心粉湯	◆	◆	◆	◆
24	二	糙米排骨粥	紫米飯	三杯雞	紅燒冬瓜	季節鮮蔬	玉米波菜湯	時令水果	燒賣	◆	◆	◆	◆
25	三	麵疙瘩湯	糙米飯	味噌豬肉	糖醋甜不辣	季節鮮蔬	紅棗雞湯	時令水果	綠豆湯	◆	◆	◆	◆
26	四	奶油麵包/牛奶	蕎麥飯	洋芋雞肉	番茄炒蛋	季節鮮蔬	木須肉絲湯	時令水果	紫菜湯餃	◆	◆	◆	◆
27	五	米苔目湯	地瓜飯	筍絲魚丁	金針菇炒絲瓜	季節鮮蔬	酸辣湯	時令水果	蛋塔	◆	◆	◆	◆
30	一	奶皇包/豆漿	胚芽飯	醬爆素肉	涼拌木耳花椰菜	季節鮮蔬	番茄蛋花湯	時令水果	絲瓜麵線湯	◆	◆	◆	◆
31	二	魚片粥	燕麥飯	和風豬柳	合菜帶帽	季節鮮蔬	酸菜粉絲湯	時令水果	檸檬愛玉	◆	◆	◆	◆