

及仁幼兒園 114年5月餐點表

*讓您的寶貝營養均衡活力滿滿！健康新鮮當令蔬果、溫體豬、雞肉是及仁餐點的重要原則(只用梅花肉及三層肉)，絕不使用冷凍肉品。

*及仁堅持使用非基改無防腐劑的金蘭醬油。

*米、紅豆、黃豆都買台灣當地農產*一律使用國產豬肉。儘可能使用不加工食材。

*不喝奶茶，也不吃餅乾。*兩天購買一次食材當日無新鮮食材會有小小變動，請能包容!每日新鮮水果

日期	星期	上午點心	中餐	下午點心	蛋白質	脂肪	醣類	熱量
1	四	五一勞動節休假						
2	五	南瓜海鮮粥	咖哩燴飯—(梅花肉馬鈴薯、紅蘿蔔洋蔥青椒)	豆香麥片	V	V	V	V
5	一	鯖魚粥	蒸蛋、時蔬、螞蟥上樹、紫菜味增湯	大滷麵	V	V	V	V
6	二	蚵仔麵線羹	三色雞肉丁、時蔬、 莧菜小魚湯	法式南瓜濃湯	V	V	V	V
7	三	玉米滑蛋粥	櫻花蝦瘦肉香菇..油飯、蘿蔔湯	桂圓紫米粥	V	V	V	V
8	四	蛋香細麵線	番茄炒蛋、翡翠銀魚、鮮時蔬、金針肉片湯、	芋頭椰奶西米露	V	V	V	V
9	五	小米雞肉粥	肉燥陽春麵、五香海帶	綠豆小米粥	V	V	V	V
12	一	南瓜海鮮粥	香菇蒸蛋、五香海帶、時蔬、紫菜味增湯	洋芋濃湯	V	V	V	V
13	二	大滷麵	馬鈴薯滷肉、時蔬、金針湯	素食酸辣湯	V	V	V	V
14	三	蚵仔麵線羹	蔬菜肉絲炒飯、豆腐味增湯	玉米濃湯	V	V	V	V
15	四	菠菜小魚粥	紅蘿蔔炒蛋、豆腐、鮮時蔬、紫菜蛋花湯	紅豆麥仁	V	V	V	V
16	五	香菇肉粥	咖哩燴飯—(梅花肉馬鈴薯、紅蘿蔔洋蔥青椒)	銀耳小米粥	V	V	V	V
19	一	味噌拉麵	螞蟥上樹、蒸蛋、時蔬、番茄蔬菜湯	桂圓紫米粥	V	V	V	V
20	二	洋芋濃湯	麵輪滷肉、時蔬、蔬菜小魚湯	大滷麵	V	V	V	V
21	三	雞茸小米粥	蔬菜肉絲蛋炒飯、丁香魚味增湯	豆香麥片	V	V	V	V
22	四	五穀養生梅花肉粥	番茄燴蛋、翡翠銀魚、時蔬、玉米排骨湯	素食酸辣湯	V	V	V	V
23	五	蚵仔麵線羹	打拋雞、時蔬、味增豆腐湯	綠豆西米露	V	V	V	V
26	一	瓠瓜小魚粥	蒸蛋、五香海帶、時蔬、味增海帶牙湯	金瓜麥片粥	V	V	V	V
27	二	鯖魚粥	馬鈴薯滷肉、時蔬、紫菜蛋花湯	味噌拉麵	V	V	V	V
28	三	大滷麵	櫻花蝦瘦肉香菇..油飯、大瓜肉骨湯	玉米濃湯	V	V	V	V
29	四	香菇肉粥	紅蘿蔔炒蛋、翡翠銀魚、鮮時蔬、紫菜蛋花湯	紫米粥	V	V	V	V
30	五	五月五慶端午 龍舟比賽吃粽子						