

宜蘭縣育才非營利幼兒園(委託社團法人宜蘭縣蘭陽幼兒教保事業發展協會辦理)

113年 5月 餐點表

日期	上午點心	午餐					下午點心	存樣	48小時後		執行者 簽名	
		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	湯品	蔬菜類	水果類			是	否		
1	三	勞動節放假1日										
2	四	什錦果麥、鮮奶	糙米飯	清蒸獅子頭	玉米烘蛋	冬瓜排骨湯		麻醬涼麵				
3	五	雞茸菇菇粥	五穀飯	蒜烤鯛魚	豆皮炒大黃瓜	三色魚丸湯		小可頌、無花果茶				
6	一	小飯糰、米漿	藜麥飯	青椒炒肉絲	紅蘿蔔炒蛋	鳳梨苦瓜湯		芋頭西米露				
7	二	蒸地瓜、決明子茶	雞絲飯		滷蛋	青菜蛋花湯		蘿蔔糕、桑葉茶				
8	三	蔬菜湯餃	糙米飯	糖醋魚片	螞蟻上樹	甜菜根雞湯		杯子蛋糕、香柚茶				
9	四	銀絲卷、鮮奶	白飯	洋蔥炒豬肉片	紅燒豆腐	羅宋湯		壽司、味噌湯				
10	五	紅蘿蔔蘋果藜麥甜粥	紫米飯	絲瓜炒蛤蜊	菇菇燴肉絲	泰式蔬菜粉絲湯		法式吐司、桂圓紅棗茶				
13	一	絲瓜麵線	芝麻海苔飯	蒜泥白肉	銀芽炒豆干	番茄鱸魚湯		黑糖粉圓豆花				
14	二	葡萄乾吐司、牛奶	叻仔魚炊飯		雞蛋豆腐海苔捲	義式番茄濃湯		家常麵線羹				
15	三	玉米濃湯	糙米飯	鹽烤豬肉片	白芝麻蔥蛋	蒜苗雞湯		紅豆吐司、牛奶				
16	四	芋頭饅頭、鮮奶	燕麥飯	香菇蒸肉	白蘿蔔滷油豆腐	大頭菜排骨湯		莧菜叻仔魚粥				
17	五	山藥排骨粥	藜麥飯	佛手瓜炒豚肉	萵菇炒黃豆芽	大黃瓜蛋花湯		清燉越式米粉湯				
20	一	火腿蛋三明治、麥茶	五穀飯	清蒸比目魚	鮮蔬燴豆腐	南瓜栗子雞湯		檸檬愛玉				
21	二	奶皇包、豆漿	日式烏龍麵						飯捲、決明子茶			
22	三	桂圓紫米粥	白飯	四季豆炒雞柳	麵輪滷白菜	酸辣湯		吐司披薩、紅棗蘋果茶				
23	四	古早味蛋糕、黑豆奶	糙米飯	紅燒冬瓜豬	蒜烤干絲什錦菇	巧達濃湯		金瓜香菇炒米粉				
24	五	鮮蔬冬粉湯	紫米飯	蘿蔔燉肉	九層塔煎蛋	牛蒡排骨湯		麻油麵線煎、麥茶				
27	一	瓠瓜鹹粥	芝麻海苔飯	鳳梨雞丁	麻婆豆腐	翡翠叻仔魚羹		起司餐包、洛神花茶				
28	二	果醬吐司、牛奶	蛋香鮭魚炒飯			海帶芽豆腐湯		涮豬肉檸檬涼麵				
29	三	香菇肉絲米粉湯	糙米飯	日式燒肉	秋葵蒸蛋	五行蔬菜湯		起酥蘋果派、茉莉花茶				
30	四	鮮奶饅頭、豆漿	藜麥飯	番茄打拋豬	木耳炒三絲	碗豆濃湯		關東煮				
31	五	蛋餅、黑豆茶	菇菇豬肉燴飯			小魚干空心菜湯		鍋燒冬粉				

◎本園餐點使用國產豬肉、牛肉食材。

◎餐點內容以當季食材為主，如遇偶發事件或因應時令季節因素而有異動時，敬請見諒！

◎餐點內容若有幼兒不適合者，請在入園時或在聯絡本中告知老師，謝謝。

