

新北市私立徐匯幼兒園110年5月餐點表

日期	星期	早 點	午 餐					午 點	熱量 卡	醣類 公克	蛋白質 公克	脂肪 公克	
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯						水果
3	一	小籠包、豆漿	糙米飯	三杯雞	麻婆豆腐	時令蔬菜	雞蓉玉米湯	時令水果	皮蛋瘦肉粥	857	102	33	33
4	二	蔬菜湯餃	糙米飯	脆瓜蒸肉	番茄炒蛋	時令蔬菜	冬瓜雞骨湯	時令水果	肉絲湯麵	667	104	24	20
5	三	火腿滑蛋粥	糙米飯	炸豬排	毛豆炒豆乾	時令蔬菜	鮮菇湯	時令水果	什錦米粉	879	85	44	40
6	四	油豆腐細粉	糙米飯	紅糟肉片	三色蛋	時令蔬菜	薑絲蚬湯	時令水果	蔬菜糙米粥	875	108	35	32
7	五	咖哩拉麵	海陸什錦燴飯、黃瓜排骨湯					時令水果	紅豆湯	898	96	27	32
10	一	馬拉糕、牛奶	糙米飯	炸雞排	玉米炒蛋	時令蔬菜	竹筍湯	時令水果	芋頭米粉	875	87	42	40
11	二	廣東粥	糙米飯	糖醋肉	芹菜三絲	時令蔬菜	豆腐味噌湯	時令水果	榨菜肉絲麵	897	82	45	43
12	三	蘿蔔糕湯	糙米飯	洋蔥豬柳	三杯杏鮑菇	時令蔬菜	田園昆布湯	時令水果	肉羹稀飯	881	96	42	37
13	四	雞絲麵	糙米飯	紅燒蒲瓜雞	炒蛋豆腐	時令蔬菜	豬血湯	時令水果	椰奶西米露	924	139	33	24
14	五	冬菜冬粉	什錦炒烏龍麵、貢丸湯					時令水果	蛋花雞絲稀飯	910	122	35	29
17	一	黑糖饅頭、米漿	糙米飯	蘿蔔滷肉	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	三絲丸湯	時令水果	蔬菜玉米粥	886	90	35	34
18	二	肉燥麵	糙米飯	菇菇滷肉	家常豆腐	時令蔬菜	金針排骨湯	時令水果	當歸枸杞麵線	923	130	36	27
19	三	蔬菜湯餃	糙米飯	糖醋排骨	紅燒素雞	時令蔬菜	海帶豆芽湯	時令水果	檸檬愛玉甜湯	875	83	42	40
20	四	南瓜營養粥	糙米飯	馬鈴薯燒肉	魚板蒸蛋	時令蔬菜	枸杞雞湯	時令水果	大滷麵	923	130	36	27
21	五	魚丸米粉	咖哩豬肉飯、紫菜蛋花湯					時令水果	香菇雞蓉粥	851	97	31	36
24	一	草莓吐司、牛奶	糙米飯	炸魚排	紅燒筍絲	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果	味噌拉麵	905	104	35	32
25	二	菇菇鮮肉粥	糙米飯	洋蔥豬柳	雙色雞蛋豆腐	時令蔬菜	黃瓜雞骨湯	時令水果	金瓜米粉	860	97	37	31
26	三	客家板條	糙米飯	蜜汁小雞腿	螞蟻上樹	時令蔬菜	蕃茄蔬菜湯	時令水果	甜不辣	906	97	45	38
27	四	滑蛋冬粉	糙米飯	糖醋雞胸肉	涼拌黃豆芽	時令蔬菜	冬瓜湯	時令水果	咖哩烏龍麵	900	123	29	25
28	五	肉鬆稀飯	蘑菇義大利麵、南瓜濃湯					時令水果	生日蛋糕	860	104	37	31
31	一	奶黃包、豆漿	糙米飯	梅干扣肉	紅燒素雞	時令蔬菜	牛蒡雞骨湯	時令水果	雞蛋麵	911	77	45	43

本園一律使用芬芳烹材提供的CAS合格電宰場屠宰的國產優良畜養豬隻，請安心食用。

如因遇天災或不可抗力之因素，有些食材無法供應時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

餐點表設計者：林麗蘭