

臺北市私立民祥幼兒園餐點表

114年5月

日期	星期	早點	午餐					午點	餐點類別檢核				
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		水果	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
2	五	豬肉水餃	鮑魚瘦肉粥(豬肉、高麗菜、鮑魚、紅蘿蔔、玉米、香菇)、滷蛋					蕃茄	DIY鬆餅、冬瓜茶	V	V	V	V
5	一	雞絲麵	白飯	涼拌素肚	蕃茄烘蛋	佛手瓜	香菇金針湯	蘋果	紅豆紫米粥	V	V	V	V
6	二	饅頭、牛奶	白飯	蘿蔔燉肉	芹菜豆干	青江菜	蘿蔔湯	楊桃	關東煮	V	V	V	V
7	三	蔥抓餅	榨菜肉絲麵(豬肉、榨菜、白菜、紅蘿蔔、芹菜、香菇)、滷蛋					蕃茄	雞蛋捲、菊花枸杞茶	V	V	V	V
8	四	香菇肉燥湯麵	五穀飯	雞塊	麻婆豆腐	大陸妹	紫菜蛋花湯	西瓜	地瓜薑汁湯圓	V	V	V	V
9	五	吐司、牛奶	雞絲涼麵(雞肉、紅蘿蔔、小黃瓜、雞蛋、芝麻醬)				味噌湯	楊桃	壽司	V	V	V	V
12	一	蛋餅	白飯	三杯腰子	涼拌木耳	高麗菜	牛蒡湯	蘋果	仙草蜜	V	V	V	V
13	二	玉米脆片、牛奶	白飯	滷棒棒腿	黃瓜燴吉古拉	小黃瓜	海帶紅蘿蔔湯	蕃茄	玉米瘦肉粥	V	V	V	V
14	三	煎餃	義大利肉醬麵(豬肉、杏鮑菇、玉米、小黃瓜、紅蘿蔔、青豆、花椰菜)				貢丸湯	西瓜	銀絲卷、冬瓜茶	V	V	V	V
15	四	熱狗、牛奶	五穀飯	茄汁彩椒鯛魚	麻婆豆腐	青江菜	紫菜蛋花湯	鳳梨	肉羹麵	V	V	V	V
16	五	清粥小菜	DIY漢堡(漢堡、蕃茄、小黃瓜、火腿、美乃滋、雞蛋)				玉米濃湯	香蕉	香蕉麵包、蘋果醋	V	V	V	V
19	一	雞絲麵	白飯	炒素什錦	九層塔炒海茸	大白菜	青木瓜養生湯	蘋果	通心麵濃湯	V	V	V	V
20	二	吐司、牛奶	白飯	冬瓜滷肉	芹菜豆干	大陸妹	羅宋湯	蓮霧	肉鬆稀飯	V	V	V	V
21	三	蘿蔔糕	高麗菜豬肉水餃(豬肉、高麗菜、冬粉、蔥)				蘑菇濃湯	西瓜	蔬菜煎餅、麥茶	V	V	V	V
22	四	玉米瘦肉粥	五穀飯	螞蟻上樹	蕃茄烘蛋	花椰菜	蘿蔔湯	蕃茄	什錦板條	V	V	V	V
23	五	通心麵	白飯	海苔壽司(蛋、蘿蔔、小黃瓜、肉鬆、海苔)			貢丸湯	香蕉	綠豆薏仁湯	V	V	V	V
26	一	絲瓜麵線	白飯	鮮蔬腸片	玉米烘蛋	白菜	海帶紅蘿蔔湯	鳳梨	檸檬愛玉	V	V	V	V
27	二	吐司、牛奶	白飯	木須炒肉	大黃瓜燴鵪鶉蛋	青江菜	金針湯	西瓜	芋頭香菇米粉湯	V	V	V	V
28	三	蛋餅	白飯	肉絲蛋炒飯(紅蘿蔔、豬肉絲、蛋、蔥、高麗菜、香菇、洋蔥)			貢丸湯	蕃茄	檸檬愛玉	V	V	V	V
29	四	肉燥湯麵	白飯	雞捲	麻婆豆腐	大陸妹	海帶紅蘿蔔湯	蘋果	餐包、冬瓜茶	V	V	V	V

※節能減碳，愛護地球，響應一周一日蔬食活動，全面推動「周一愛地球蔬食日」。

※本園一律使用國產豬肉。