

桃園市蘆竹區大華國民小學附設幼兒園 114年5月份餐點表

日期		早點	午餐							午點	營養分析(份數)						
			主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	水果	乳品		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂堅果種子	奶類	水果	熱量(kcal)
5/1	四	慶生蛋糕+鮮奶	糙米飯	香滷雞翅	奶香燉白菜	有機蔬菜	綠豆地瓜湯	水果		清蒸蘿蔔糕	5	1.5	1.5	2	0.5	1	722
5/2	五	鍋燒意麵	紫米糙米飯	三杯雞	高麗菜炒甜不辣	有機蔬菜	結頭菜排骨湯	水果		奶皇包65G*1+豆漿	5	2	1.5	2	0	1	704
5/5	一	義大利肉醬麵	白米飯	日式鮮菇丼	花菜炒豆包	產銷蔬菜	紫菜湯	水果	鮮奶	珍珠豆花	4.5	2	1.5	2	0.5	1	729
5/6	二	滑蛋瘦肉粥	糙米飯	壽喜燒肉片	玉米海茸	有機蔬菜	紅棗雞湯	水果		小籠包*3+蔬菜湯	4	2	1.5	2	0	1	634
5/7	三	酸辣湯餃	特餐	醬香肉絲蛋炒飯	鹽水雞	產銷蔬菜	山藥湯	水果		黑糖小饅頭*2+鮮奶	5	1.5	1.5	3	0.5	1	767
5/8	四	客家米苔目	糙米飯	香菇肉燥	絲瓜炒豆皮	有機蔬菜	現磨豆漿	水果		南瓜濃湯通心粉	4.5	2.5	1.5	2	0	1	710
5/9	五	雞肉咖哩飯	紅藜糙米飯	三杯魷魚	螞蟻上樹	有機蔬菜	蕃茄豆腐湯	水果		奶油小餐包*1+薏仁米漿	4	2	1.5	3	0	1	679
5/12	一	肉燥乾麵	白米飯	紹子豆腐	蕃茄炒蛋	產銷蔬菜	港式酸辣湯	水果	優酪乳	紫米薏仁甜湯	5	1.5	1.5	2	0.5	1	722
5/13	二	鮪魚炒飯	糙米飯	味噌燒雞	芹香干片	有機蔬菜	莧菜玉米粒湯	水果		茶葉蛋+紫菜湯	4	2.5	1.5	3	0	1	720
5/14	三	排骨糙米粥	特餐	台式麵疙瘩	沙茶肉片	產銷蔬菜	竹筍排骨湯	水果		鍋貼*3+海芽湯	4.5	2	1.5	2	0	1	669
5/15	四	蛤蠣魚片湯麵	糙米飯	蔥油淋蒸魚	豆豉干丁	有機蔬菜	鳳梨山粉圓	水果		豆沙包*1+鮮奶	5	1.5	1.5	1.5	0.5	1	700
5/16	五	麻油雞麵線	五穀糙米飯	香酥雞排	結頭菜燴鮮菇	有機蔬菜	奶油通心麵濃湯	水果		冰心地瓜+麥茶	4.5	2	1.5	3	0	1	714
5/19	一	什錦炒烏龍	白米飯	薑燒杏鮑干丁	高麗菜炒蛋	產銷蔬菜	味噌豆腐湯	水果	鮮奶	九份芋圓	5	1.5	1.5	2	0.5	1	722
5/20	二	蔬菜麵疙瘩	糙米飯	鐵板洋蔥肉柳	蒜香毛豆莢	有機蔬菜	蔬菜粿仔條湯	水果		菠蘿麵包+黑豆漿	5	2	1.5	3	0	1	749
5/21	三	古早味湯飯	特餐	白醬雞肉義大利麵	起司花椰菜	產銷蔬菜	南瓜濃湯	水果		玉米脆片+鮮奶	4.5	1.5	2	2	0.6	1	712
5/22	四	餛飩湯麵	糙米飯	洋芋燉雞	蛋酥扁蒲	有機蔬菜	現磨豆漿	水果		山藥排骨湯	4	2	1.5	2	0	1	634
5/23	五	蘿蔔糕炒蛋	燕麥糙米飯	黃豆醬燒魚	白菜滷	有機蔬菜	肉骨茶湯	水果		小鮮肉包*2+米漿	4.5	2	2	2	0	1	681
5/26	一	蘑菇筆管麵	白米飯	糖醋油腐	香菇蒸蛋	產銷蔬菜	榨菜粉絲湯	水果	優酪乳	燕麥薏仁	5	1.5	1.5	2	0.5	1	722
5/27	二	麵線糊	糙米飯	紅燒肉	魷魚蘿蔔羹	有機蔬菜	鮮蔬排骨湯	水果		糯米珍珠丸*2+蔬菜馬鈴薯湯	4.5	2	1.5	2	0	1	669
5/28	三	肉絲炒麵	特餐	芋頭香菇雜炊飯	日式關東煮	產履青菜	鮮瓜丸子湯	水果		三角蛋糕+麥茶	5	2	1.5	2	0	1	704
5/29	四	豬肉餡餅*1+蘿蔔丸片湯	白米飯	魷魚排	蕃茄燒豆腐	有機蔬菜	桂圓銀耳QQ	水果		海鮮巧達濃湯	4.5	2	1.5	3	0	1	714
5/30	五	端午節															

蔬菜為預先排定.受天氣及採收期等因素影響.若有調動敬請見諒
豬肉來源:國產(臺灣)豬