**台南市麻豆區文正國小附設幼兒園111年第二學期13-16週午餐表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 菜色名稱/食材名稱 | 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 | |
| 5/8 | 一 | 米飯(白米)、京醬肉絲(蔥、肉絲)、洋蔥炒蛋(洋蔥、蔥、蛋)、蒜香大陸妹(蒜末、大陸妹)、冬菜粉絲湯(冬粉、醃製冬菜、豬肩胛排)、萬丹保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/9 | 二 | 五穀飯(五穀米、白米)、咖哩雞(蒜仁、辣椒、蔥、雞骨腿、洋蔥、青椒)、香菇燒賣、蒜香有機油菜(蒜仁、油菜)、蛋花湯(蛋、蔥)、芭樂 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 5/10 | 三 | 竹筍海鮮烏龍麵(烏龍麵、虱目魚、白鱸、麻竹筍、乾木耳、蝦仁、魷魚、肉絲、香菜、薑絲、芹菜)、麵包、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、波蜜100%蘋果柳橙蔬果汁 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/11 | 四 | 米飯(白米)、糖醋排骨(蒜仁、蔥、洋蔥、排骨)、海帶結滷豆乾(海帶結、蒜仁、紅蘿蔔、豆乾)、蒜香綠花椰(蒜仁、綠花椰)、蘿蔔排骨湯(白蘿蔔、貢丸、豬肋排)、養樂多原味優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/12 | 五 | 米飯(白米)、柚子雞(柚子醬、雞腿肉)、鯛魚燒、蒜香筍絲(蒜仁、筍絲)、味噌海帶芽湯(海帶芽乾、味噌)、椪柑 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 5/15 | 一 | 米飯(白米)、清蒸魚(白鱸、青蔥、薑絲)、絲瓜炒麵(絲瓜、蒜末、腿肉絲、王子麵、統一肉燥)、玉米筍炒四季豆(四季豆、蒜末、玉米筍、紅蘿蔔)、紫菜蛋花湯(紫菜、雞蛋、蔥)、乳之初優格 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/16 | 二 | 米飯(白米)、日式照燒雞丁(洋蔥、薑末、白芝麻、骨腿丁)、三杯豆腐(九層塔、蒜末、薑母片、板豆腐)、薑絲有機黑葉白菜(薑絲、黑葉白菜)、竹筍排骨湯(桶筍絲、中排丁、薑母片)、西洋梨 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 5/17 | 三 | 蕎麥飯(蕎麥、白米)、椰汁咖哩海鮮飯 (蝦仁、魷魚條、馬鈴薯、紅蘿蔔、咖哩粉、蒜仁、洋蔥、奶油、椰奶)、荷包蛋(蛋)、薑絲鵝白菜(薑絲、鵝白菜)、柴魚白菜湯(柴魚、大白菜)、義美保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/18 | 四 | 米飯(白米)、紅燒肉(薑片、蒜末、蔥、豬肉丁)、蒸蛋 (蛋)、腐香青江菜(腐皮、蒜末、青江菜)、蝦米冬瓜湯(蝦米、冬瓜、香菜)、光泉優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/19 | 五 | 米飯(白米)、泰式檸檬雞(雞腿丁、蒜末、檸檬汁、香菜)、麻婆豆腐(粗絞肉、板豆腐、薑末、青蔥、蒜末)、扁魚白菜(大白菜、蒜末、無刺扁魚)、冰冬瓜山粉圓(冬瓜糖磚、山粉圓)、香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 5/22 | 一 | 米飯(白米)、燒肉(蒜末、火鍋肉片)、咖哩燒豆腐(豆腐、紅蘿蔔、冷凍毛豆仁、咖哩粉、非基改甜玉米粒、蒜末)、腐乳空心菜(蒜末、豆腐乳、空心菜)、刺瓜湯(刺瓜、中排丁)、光泉保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/23 | 二 | 糙米飯(白米、糙米)、韓式泡菜雞丁(韓式泡菜、蒜仁、大白菜、雞腿骨)、黑胡椒毛豆莢(帶莢青大豆、蒜末)、蒜香有機高麗菜(蒜仁、高麗菜)、四神排骨湯(茯苓、芡實、蓮子、淮山、薏仁、蓮子、排骨、薑片)、奇異果 | ˇ | ˇ | ˇ | | ˇ |
| 5/24 | 三 | 米飯(白米)、洋蔥魷魚(洋蔥、蒜末、蔥、魷魚)、干貝翡翠羹(翡翠、干貝、鳥蛋、紅蘿蔔、乾木耳絲、中華嫩豆腐、金針菇、蛋)、薑絲炒乃龍(薑絲、乃龍)、味噌湯(板豆腐、味噌、青蔥)、陽光樂豆乳 | ˇ | ˇ | ˇ | |  |
| 5/25 | 四 | 蔥燒腱肉麵(腱肉丁、小白菜、淡榨菜絲、蔥花、辣椒、蒜、薑母片)、羅宋麵包、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、養樂多原味優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/26 | 五 | 米飯(白米)、韓式櫛瓜炒雞丁(韓式泡菜、櫛瓜、雞骨腿)、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔、蛋、蒜末、蔥)、豆豉龍鬚菜(豆豉、龍鬚菜)、牛蒡排骨湯(牛蒡、中排)、椪柑 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 5/29 | 一 | 米飯(白米)、筍乾滷肉(腱肉丁、筍乾、蒜仁、薑母片、蔥段)、麵包、油蔥大陸妹(油蔥酥、大陸妹)、菌菇湯(鮮香菇、杏鮑菇、鴻喜菇、金針菇、蔥、薑絲)、自然零優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 5/30 | 二 | 米飯(白米)、糖醋雞球(雞骨腿、蒜仁、蔥、洋蔥、紅蘿蔔片)、馬鈴薯炒蛋(馬鈴薯、蛋)、蒜香有機清泉菜(蒜仁、清泉菜)、豆薯排骨湯(豆薯、中排、蔥)、香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 5/31 | 三 | 米飯(白米)、蒜味蒸魚(蒜末、青蔥、鱸魚、辣椒)、沙茶粉絲(冬粉、紅蘿蔔、高麗菜、沙茶、蒜末、粗絞肉)、蒜香青江菜(蒜仁、青江菜)、冰綠豆湯(綠豆)、養樂多100%蘋果汁 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/1 | 四 | 小米飯(白米、小米)、滷肉飯(蒜末、絞肉、紅蔥頭)、沙茶青椒肉絲(青椒、豬肉絲、蒜末)、蒜香地瓜葉(蒜仁、地瓜葉)、菜脯雞湯(骨腿丁、蔥、薑母片、老菜脯)、揚格優格 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/2 | 五 | 黑米飯(黑米、白米)、蜜汁雞丁(蒜、白芝麻、麥芽糖、雞骨腿)、泡菜炒玉米(韓式泡菜、蒜末、絞肉、甜玉米)、蒜香油菜(蒜仁、油菜)、青菜豆腐湯(白菜、豆腐)、蘋果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |

備註: 1.餐點表的設計符合幼兒營養、衛生、飲食均衡為原則，每日並有提供新鮮的蔬果。

2.餐點食材會因季節做異動微調，以當日園內出餐狀況為主，不另行公告通知。

3.午餐由麻豆國中出餐，詳細內容請至食材登錄網站參閱

https://fatraceschool.moe.gov.tw/frontend/

4. 本園所一律使用國產豬.牛肉食材。