**台南市麻豆區文正國小附設幼兒園111年第二學期17-20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 | |
| 6/5 | 一 | 米飯(白米)、洋芋燉肉(馬鈴薯、薑母、蔥、肉丁)、南瓜燒豆腐(南瓜、板豆腐、紅蘿蔔、冷凍殺菁毛豆仁、馬鈴薯、蒜末)、柴魚青江菜(蒜末、柴魚片、青江菜)、竹筍排骨湯(桶筍絲、中排丁、薑母片)、簡單點優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/6 | 二 | 米飯(白米)、南瓜燒雞(南瓜、雞肉塊)、韭菜炒黑輪(韭菜花、小黑輪片、蒜末、辣椒)、蒜香有機高麗菜(蒜仁、高麗菜)、酸辣湯(板豆腐、蛋、紅蘿蔔、乾木耳、肉絲、桶筍、乾香菇)、香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 6/7 | 三 | 薏仁飯(薏仁、白米)、味噌魚(嫩豆腐、辣椒、蒜末、青蔥、鱸魚、味噌)、紅燒冬瓜(冬瓜、腐皮、紅蘿蔔、薑母、蔭豉)、蒜香空心菜(蒜仁、空心菜)、紅茄蔬菜湯(牛番茄、豬肩胛排、高麗菜、乾木耳、丁香)、養樂多原味優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/8 | 四 | 小米飯(小米、白米)、古早味白切肉片(蒜末、肉片/豬前腿)、綜合堅果、豆豉水蓮(豆豉、蒜仁、水蓮)、蔥燒排骨湯(白蘿蔔、酸菜絲、中排丁、紅蘿蔔)、光泉保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/9 | 五 | 米飯(白米)、花椒雞球(骨腿丁、蔥、蒜仁、花椒)、香蔥肉燥炒蛋(蛋、絞肉、大蔥、紅蔥頭)、三杯有機雙菇(杏鮑菇頭、袖珍菇、九層塔、蒜末、薑母片)、刺瓜魚丸湯(刺瓜、魚丸)、芭樂 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 6/12 | 一 | 米飯(白米)、黑胡椒豬柳(蔥、洋蔥、肉絲、紅蘿蔔)、蜜汁黑輪(黑輪片、蒜、白芝麻)、薑絲絲瓜(薑絲、絲瓜)、酸菜肉片湯(酸菜、豬肉片、)、萬丹保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/13 | 二 | 米飯(白米)、菲式滷雞丁(月桂葉、黑胡椒粒、蒜仁、雞骨腿丁)、小蛋糕、薑絲有機奶油白菜(薑絲、奶油白菜)、蘿蔔湯(柴魚、白蘿蔔、中排丁)、香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 6/14 | 三 | 虱目魚粥(虱目魚、薑絲、芹菜、白米飯、桶筍、大骨、香菜、蝦仁、乾木耳)、巧克力麵包、蒜香綠花菜(蒜仁、綠花菜)、義美保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/15 | 四 | 糙米飯(糙米、白米)、滷排骨(蔥、薑母、蒜仁、豬小排)、番茄炒豆腐 (蕃茄、板豆腐、蒜末、青蔥)、蒜香高麗菜(蒜末、高麗菜)、剝皮辣椒雞湯(剝皮辣椒、雞骨腿)、波蜜100%水蜜桃蘋果汁 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/16 | 五 | 米飯(白米)、梅乾燒雞(梅乾菜、蔥、骨腿、薑母、蒜仁)、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔、蛋、蒜末、蔥)、蒜香有機青江菜(青江菜、蒜末)、冬瓜QQ甜湯(冬瓜糖磚、)、梨子 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 6/17 | 六 | 麻醬麵(芝麻醬、花生醬、蒜仁、蔥、麵條)、麵包、蒜香白花菜(蒜末、白花菜)、玉米濃湯(非基改甜玉米粒、蛋、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥)、香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 6/19 | 一 | 米飯(白米)、左宗棠雞(薑母、蒜末、雞蛋、骨腿、蔥)、吻魚翡翠羹(吻仔魚、翡翠、鳥蛋、紅蘿蔔、乾木耳絲、中華嫩豆腐、金針菇、蛋)、薑絲有機黑葉白菜(薑絲、黑葉白菜)、脆筍排骨湯(桶筍絲、中排丁、薑母片)、三合黃豆奶 | ˇ | ˇ | ˇ | |  |
| 6/20 | 二 | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋、腿肉絲、蔥末、非基改甜玉米粒、油條、蛋、白米)、雞塊 、芝麻包、蒜香有機高麗菜(蒜末、高麗菜)、肉鬆、奇異果 | ˇ | ˇ | ˇ | | ˇ |
| 6/21 | 三 | 米飯(白米)、三杯旗魚(九層塔、蒜末、薑母片、旗魚塊)、咖哩馬鈴薯(馬鈴薯、紅蘿蔔、冷凍毛豆仁、咖哩粉、非基改甜玉米粒、蒜末)、薑絲乃龍(薑絲、乃龍)、玉米排骨湯(中排丁、非基改玉米塊)、光泉優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/22 | 四 | 端午節連假 |  |  |  |  | |
| 6/23 | 五 |  |  |  |  | |
| 6/26 | 一 | 米飯(白米)、甜不辣米血燉肉 (小黑輪、米血丁、腿肉絲、蒜)、沙茶鮮菇(金針菇、濕香菇、袖珍菇、杏鮑菇、蔥、沙茶、蒜末、肉絲)、蒜香地瓜葉(蒜仁、地瓜葉)、蛋花湯(蛋、蔥)、養樂多原味優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/27 | 二 | 五穀飯(五穀米、白米)、沙茶雞(雞骨腿、沙茶)、炒玉米肉末(非基因甜玉米粒、黑胡椒醬、蒜末、粗絞肉)、蒜香有機小松菜(蒜仁、小松菜)、海帶芽湯(海帶芽)、香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ | |
| 6/28 | 三 | 米飯(白米)、筍香魷魚(桶筍、魷魚)、洋蔥炒蛋(洋蔥、蛋)、腐香高麗菜(腐皮、高麗菜)、蒜頭雞湯(蒜仁、辣椒、蔥、雞骨腿)、初鹿保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/29 | 四 | 小米飯(小米、白米)、香酥卡啦雞丁(雞骨丁、酥炸粉、蒜仁)、馬鈴薯炒培根(馬鈴薯、培根)、蒜香有機油菜(蒜仁、油菜)、南瓜濃湯(南瓜、洋蔥、紅蘿蔔、大骨、干貝)、漿就黑豆漿 | ˇ | ˇ | ˇ |  | |
| 6/30 | 五 | 日式燒肉刈包(豬肉片、刈包、蔥、洋蔥)、葡萄乾、三色時蔬炒洋蔥(洋蔥、玉米筍、紅蘿蔔、毛豆仁、蒜仁)、冰綠豆湯(綠豆)、百香果 | 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。