**台南市麻豆區文正國小附設幼兒園111年第二學期9-12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 | |
| 4/10 | 一 | 米飯(白米)、豬肉壽喜燒(洋蔥、薑絲、香菇、紅蘿蔔、火鍋肉片(豬前腿)、蔥爆雙寶(蒜末、蔥、杏鮑菇、五香豆干)、蒜香油菜(蒜仁、油菜)、蛋花湯(蛋、蔥)、光泉保久乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/11 | 二 | 米飯(白米)、花雕雞(蒜仁、辣椒、蔥、雞骨腿、洋蔥、青椒)、烤地瓜(地瓜)、蒜香有機青江菜(蒜仁、青江菜)、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 | |
| 4/12 | 三 | 米飯(白米)、蔭醬虱目魚肚(虱目魚肚、薑絲、蔥、蔭鳳梨醬)、紅燒豆包(生豆包、毛豆仁、紅椒、黃椒、蒜仁)、薑絲鵝白菜(薑絲、鵝白菜)、剝皮辣椒雞湯(剝皮辣椒、雞骨腿)、光泉100%蘋果綜合果汁 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/13 | 四 | 鍋燒意麵(鍋燒意麵、腿肉絲、小白菜、小虱目魚丸、蝦仁、魷魚條、蒜末)、麵包、堅果、自然零優酪乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/14 | 五 | 五穀飯(白米、五穀米)、啤酒雞(蒜仁、蔥、辣椒、雞肉丁)、炒毛豆玉米(冷凍毛豆莢、玉米、蒜末)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、蘿蔔排骨湯(白蘿蔔、貢丸、豬肋排)、芭樂 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 4/17 | 一 | 米飯(白米)、打拋豬肉(粗絞肉、洋蔥、蒜末、九層塔、牛番茄)、麻婆豆腐(粗絞肉、板豆腐、薑末、青蔥、蒜末)、蒜香大陸妹(蒜仁、大陸妹)、芋頭排骨湯(芋頭、肋排、蒜仁)、簡單點優酪乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/18 | 二 | 糙米飯(白米、糙米)、麻油雞丁米血(老薑片、麻油、米血、骨腿丁)、碎肉燒銀羅(冬粉、香菜、蔥、白蘿蔔、絞肉)、薑絲味美菜(薑絲、味美菜)、柴魚白菜湯(柴魚片、大白菜)、椪柑 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 4/19 | 三 | 米飯(白米)、三杯魷魚 (九層塔、蒜末、薑母片、魷魚)、芋泥包、蒜香空心菜(蒜仁、空心菜)、冬瓜排骨湯、光泉保久乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/20 | 四 | 小米飯(小米、白米)、沙茶豬肉燴飯(腿肉片、紅蘿蔔、青椒、蒜末)、馬鈴薯炒培根 (馬鈴薯、培根)、蒜香油菜炒鴻喜菇(蒜仁、油菜、鴻喜菇)、翡翠濃湯(吻仔魚、菠菜、蛋)、漿究黑豆奶 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/21 | 五 | 米飯(白米)、雞魯飯(大成雞肉絲、粗絞肉、鳥蛋、紅蔥頭)、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔、蛋、蒜末、蔥)、玉米筍炒四季豆(四季豆、蒜末、玉米筍、紅蘿蔔)、紅豆燕麥湯(紅豆、燕麥)、甜桃 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 4/24 | 一 | 米飯(白米)、五味醬肉片(火鍋肉片、蔥、蒜末、香菜末、薑末、辣椒)、蔥蛋(蔥、雞蛋)、薑絲炒絲瓜(薑絲、絲瓜)、刺瓜魚丸湯(刺瓜、虱目魚丸)、萬丹保久乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/25 | 二 | 薏仁飯(白米、薏仁)、塔香雞(蔥、九層塔、杏鮑菇頭、雞骨腿)、翡翠羹(翡翠、鳥蛋、紅蘿蔔、乾木耳絲、中華嫩豆腐、金針菇、蛋)、蒜香有機黑葉白菜(蒜仁、黑葉白菜)、豆薯排骨湯(豆薯、中排、蔥)、橘子 | ˇ | | ˇ | ˇ | | ˇ |
| 4/26 | 三 | 魷魚米粉湯(旗魚、魷魚、蝦米、洋蔥、韭菜、蒜苗、青蔥、薑絲、乾香菇、米粉)、小蛋糕、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、義美保久乳 | ˇ | | ˇ | ˇ | |  |
| 4/27 | 四 | 米飯(白米)、黑胡椒豬柳(蔥、洋蔥、肉絲、紅蘿蔔)、芹菜炒豆干(西洋芹、小方豆乾、蒜末、辣椒)、蒜香青江菜(蒜仁、青江菜)、芙蓉湯(香菇、雞蛋、菠菜、紅蘿蔔)、波蜜100%蘿蔔蔬果汁 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/28 | 五 | 米飯(白米)、宮保雞球(蔥、骨腿、蒜仁)、小鬆餅、蒜香綠花菜(蒜仁、綠花菜)、竹筍排骨湯(桶筍絲、中排丁、薑母片)、椪柑 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 5/1 | 一 | 米飯(白米)、蒙古炒肉(空心菜、高麗菜、豆芽菜、蒜末、火鍋肉片)、大陸妹炒麵(大陸妹、蒜末、腿肉絲、乾麵條)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、筍絲魚皮湯(桶筍、虱目魚皮、嫩薑、青蔥、虱目魚丸)、義美保久乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 5/2 | 二 | 胚芽飯(白米、胚芽米)、蒜頭雞(蒜頭、雞骨腿)、香酥虱目魚排(酥炸粉、虱目魚柳、蛋)、蒜香有機青江菜(蒜仁、青江菜)、銀耳甜湯(白木耳)、蘋果 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 5/3 | 三 | 米飯(白米)、奶香洋蔥魚(洋蔥、鯛魚片)、木耳滷豆干(紅蘿蔔、豆干、黑木耳)、蒜香空心菜(蒜仁、空心菜)、雞絲麵線湯(金豬雞絲麵、油蔥酥、腿肉絲)、光泉優酪乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 5/4 | 四 | 燕麥飯(白米、燕麥)、蔥燒腱肉(腱肉丁、小白菜、淡榨菜絲、蔥花、辣椒、蒜、薑母片)、沙茶青椒肉絲(青椒、豬肉絲、蒜末)、蒜香白花菜(蒜仁、白花菜)、南瓜濃湯(南瓜、洋蔥、紅蘿蔔)、台灣產100%黃豆奶 | ˇ | ˇ | |  |  | |
| 5/5 | 五 | 米飯(白米)、滷雞腿(棒腿、蔥、蒜仁)、金針炒三絲(金針花、香菇、紅蘿蔔、芹菜、蒜末)、蒜香油菜(蒜仁、油菜)、關東煮湯(傳統黑輪丁、CAS米血丁、白蘿蔔)、香蕉 | 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。