

臺南市私立哈波特幼兒園 113 學年度第二學期 114.5 月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
2	(五)	蔬菜麵(小白菜、麵條、豆芽菜)	白飯. 鮮蔬雞丁. 蕃茄滑蛋. 菇菇湯(雞丁. 蕃茄. 甜豆. 菇類. 雞蛋)	芭樂	紅豆大麥粥	V	V	V	V
5	(一)	雞蛋小饅頭+豆漿	白飯. 洋蔥燒肉. 蒜香油菜. 薑絲冬瓜湯	蘋果	草莓吐司+麥茶	V	V	V	V
6	(二)	滑蛋麵線	茄汁肉醬義大利麵. 蘿蔔湯(絞肉. 雞肉. 洋蔥. 香菇. 蘿蔔)	蘋果	擔仔麵(油菜. 肉燥. 韭菜. 麵條)	V	V	V	V
7	(三)	玉米濃湯(雞肉. 玉米. 紅蘿蔔)	地瓜飯. 糖醋雞丁. 炒三鮮蔬. 蕃茄蛋花湯(雞肉. 紅椒. 玉米筍. 小黃瓜. 毛豆仁)	蘋果	蔬菜粥(高麗菜. 白米)	V	V	V	V
8	(四)	黑糖饅頭+米漿	餛飩湯麵(餛飩. 肉燥. 青江菜)	蘋果	白木耳甜湯	V	V	V	V
9	(五)	香菇粥	糙米飯. 紅燒獅子頭. 蒜香油菜. 綠豆芽湯(獅子頭. 油菜. 綠豆芽湯)	蘋果	油菜豆腐	V	V	V	V
12	(一)	水餃	白飯. 紅燒肉滷豆干. 空心菜. 紫菜豆腐湯	芭樂	菇菇蛋粥	V	V	V	V
13	(二)	蘿蔔糕湯(韭菜. 香菇. 蘿蔔糕)	什錦蔬食湯意麵.(高麗菜. 肉絲. 香菇. 玉米. 魚板. 雞骨)	芭樂	玉米濃湯	V	V	V	V
14	(三)	客家粿仔條(韭菜. 豆芽菜. 粿條)	白飯. 洋蔥炒雞丁. 蒜香花椰菜. 紫菜蛋花湯(雞肉. 洋蔥. 花椰菜. 紫菜. 雞蛋)	芭樂	花生吐司+冬瓜茶	V	V	V	V
15	(四)	草莓吐司+牛奶	陽春湯麵(肉燥. 海帶. 滷蛋. 白菜)	芭樂	南瓜濃湯	V	V	V	V
16	(五)	滑蛋粥	紫米飯. 肉絲炒菇. 清炒豆芽. 蕃茄湯	芭樂	古早味粉圓湯	V	V	V	V
19	(一)	小籠包+豆漿	白飯. 肉片香菇滷冬瓜. 芹菜炒甜不辣. 紫菜蛋花湯(香菇. 冬瓜. 芹菜. 甜不辣. 紫菜. 雞蛋. 肉片)	蘋果	小餐包+麥茶	V	V	V	V

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
20	(二)	雞肉滑蛋粥	紅醬義大利麵. 番茄蛋花湯(菇. 紅蘿蔔. 花椰菜)	蘋果	肉燥麵 (肉燥. 豆芽菜. 韭菜)	V	V	V	V
21	(三)	台式鹹粥(豬絞肉. 香菇. 白米)	雞塊快餐. 青菜豆腐湯(白飯. 雞塊. 高麗菜. 豆腐)	蘋果	魷仔魚粥 (魷仔魚. 芹菜. 肉末)	V	V	V	V
22	(四)	黑糖饅頭+牛奶	什錦大湯麵(洋蔥. 紅蘿蔔. 黑木耳. 麵條. 肉片. 香菇. 大白菜)	蘋果	草莓吐司+麥茶	V	V	V	V
23	(五)	絲瓜麵線	白飯. 鮮菇豬肉. 蒜炒長豆. 蕃茄湯(鴻喜菇. 洋蔥. 豬肉. 長豆. 蕃茄)	蘋果	檸檬愛玉	V	V	V	V
26	(一)	奶油餐包+豆漿	白飯. 宮保雞丁. 炒青江菜. 香菇鳳梨雞湯(花生米. 青龍)	芭樂	綠豆湯	V	V	V	V
27	(二)	絲瓜蛋粥 (菜瓜. 雞蛋)	鍋燒意麵(肉絲. 魚板. 小白菜. 菇類. 雞蛋)	芭樂	關東煮(黑輪. 米血. 白蘿蔔)	V	V	V	V
28	(三)	流沙滑蛋粥 (雞蛋. 碎肉. 小白菜)	紫米飯. 炒三丁. 糖醋雞丁. 味噌豆腐湯(玉米. 小黃瓜. 毛豆仁. 雞丁)	芭樂	小米粥	V	V	V	V
29	(四)	燕麥牛奶	鍋燒雞絲麵(肉絲. 魚板. 小白菜. 魚丸. 雞蛋)	芭樂	紅豆大麥粥	V	V	V	V

♥ 本園食用有機蔬菜、米飯以白米與糙米、五穀米輪流混合烹調、當季水果。

♥ 每月餐點內容物偶遇季節氣候因數而做滾動式調整。

♥ 本園餐點食材盡不食用加工性食品。

♥ 本園豬肉食品均食用台灣豬，敬請家長們放心。

