

新北市私立裕德藝術幼兒園113年度第二學期五月份餐點表

日期	早餐	午餐							午點	全穀雜糧類 份數	油脂類 份數	蔬菜類 份數	乳品類 份數	水果類 份數	豆魚蛋肉類 份數	熱量 卡		
		主食	主菜	副菜二	青菜	湯	水果											
5/1(四)																		
5/2(五)	桂圓芝麻饅頭 豆漿	白飯	無骨雞排	無骨雞腿排	韭香豆芽	綠豆芽、韭菜	有機青菜	翡翠吻仔魚羹	翡翠、吻仔魚 芹菜、雞蛋	水果	三明治 洛神花茶	6.0	1.5	1.2	0.0	0.3	2.8	703.5
5/5(一)	全麥乳酪吐司 溫牛奶	白飯	豆豉蒸魚	鯛魚片、豆豉、蔥花	珍菇結頭菜	結頭菜、秀珍菇、枸杞	有機青菜	海結玉米湯	海帶結、玉米、黑豬排骨	水果	台式炒麵	5.8	1.8	1.5	0.8	0.3	2.5	812.5
5/6(二)	古早味鹹粥	五穀飯	古早味滷肉	黑豬五花肉、白蘿蔔、三角油豆腐	鮮蔬炒冬粉	冬粉、金針菇、芹菜末 紅蘿蔔、高麗菜	有機青菜	白玉貢丸湯	白蘿蔔、貢丸、黑豬軟骨	水果	鬆餅 紅棗枸杞茶	5.3	1.6	2.1	0.0	0.3	2.2	645.5
5/7(三)	菠蘿麵包 鮮奶	白飯	BBQ翅小腿	翅小腿、BBQ醬汁	香菇蒸蛋	香菇、蔥、雞蛋	有機青菜	冬瓜排骨湯	冬瓜、黑豬排骨	水果	桂圓紫米粥	5.4	1.5	1.6	0.8	0.3	2.4	767.5
5/8(四)	廣東粥	白飯	芋頭燒肉	黑豬肉角、芋頭 杏鮑菇、蔥、刈薯	金針菇豆腐煲	金針菇、板豆腐、黑豬絞肉	有機青菜	柴魚豚骨湯	高麗菜、黑豬排骨 海帶芽、柴魚	水果	叉燒包 雙花甘草茶	5.5	1.3	2.0	0.0	0.3	2.1	637.5
5/9(五)	黑糖饅頭 豆漿	白飯	豆瓣燒雞	雞胸肉、馬鈴薯、香菇片、地瓜	什錦黃瓜	大黃瓜、玉米筍、紅蘿蔔	有機青菜	山藥排骨湯	山藥、排骨丁、枸杞、當歸	水果	馬拉糕 麥仔茶	5.7	2.2	1.3	0.0	0.3	2.0	668.5
5/12(一)	奶酥吐司 溫牛奶	白飯	蘋果咖哩雞	雞腿肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、蘋果	白菜滷	大白菜、香菇絲、豆皮 金針菇、紅蘿蔔	有機青菜	南瓜肉片湯	南瓜、黑豬肉片、蔥花	水果	什錦湯烏龍	5.6	1.5	2.2	0.8	0.3	1.8	760.5
5/13(二)	玉米雞茸粥	五穀飯	破布子蒸魚	白肉魚片、洋蔥、樹子	玉米炒蛋	玉米、雞蛋	有機青菜	冬瓜雞湯	冬瓜、雞腿肉、薑絲	水果	麥克雞塊 蘋果茶	5.6	2.3	1.6	0.0	0.3	3.0	733.5
5/14(三)	蔥肉鬆麵包 鮮奶	白飯	糖醋雞丁	番茄、雞胸肉	蒲瓜什錦	蒲瓜、魚板絲、薑絲	有機青菜	羅宋湯	高麗菜、番茄、黑豬排骨	水果	綠豆芋圓湯	5.3	1.7	1.8	0.8	0.3	2.2	762.5
5/15(四)	吻仔魚高麗菜粥	白飯	壽喜燒肉	黑豬梅花肉片、茼蒿 紅蘿蔔、洋蔥	紅燒豆腐	板豆腐、薑、蔥、蒜	有機青菜	虱目魚丸湯	白蘿蔔、黑豬排骨 芹菜末、虱目魚丸	水果	烤地瓜 洛神花茶	6.0	1.7	2.2	0.0	0.3	2.0	689.5
5/16(五)	紅糖地瓜饅頭 豆漿	炒飯	香滷棒腿	棒腿、薑、蔥	夏威夷炒飯	雞肉絲、鳳梨、蝦仁 洋蔥、雞蛋、白飯	有機青菜	海帶金針湯	海帶芽、金針菇、排骨丁	水果	杯子蛋糕 紅棗枸杞茶	5.3	1.5	2.2	0.0	0.3	2.1	637.5
5/19(一)	火腿起士吐司 溫牛奶	白飯	馬鈴薯燉肉	馬鈴薯、紅蘿蔔 洋蔥、黑豬肉角	白玉麵輪	白蘿蔔、麵輪、海帶結	有機青菜	花枝羹湯	花枝羹、竹筍絲 金針菇、雞蛋	水果	雞絲麵	5.8	1.8	1.6	0.8	0.3	1.8	773.0
5/20(二)	皮蛋瘦肉粥	五穀飯	蒜香蒸魚片	白肉魚片、洋蔥、蒜泥、冬粉	瓜仔肉燥	幼條瓜、黑豬絞肉	有機青菜	肉骨茶湯	大白菜、金針菇 肉骨茶包、黑豬肉片	水果	水煮玉米 雙花甘草茶	5.6	2.2	1.5	0.0	0.4	2.0	672.5
5/21(三)	地瓜麵包 鮮奶	白飯	醬爆雞丁	雞胸丁、小黃瓜、蔥段	日式蒸蛋	魚板絲、雞蛋	有機青菜	黃瓜排骨湯	大黃瓜、排骨丁	水果	烤披薩 麥仔茶	5.5	1.6	2.2	0.8	0.3	1.8	758.0
5/22(四)	什錦菇菇雞肉粥	白飯	普羅旺斯燉肉	黑豬肉角、洋蔥、番茄 西洋芹、馬鈴薯	蒜香豆干	小豆乾丁、八角、洋地瓜	有機青菜	珍菇豆腐湯	豆腐、黑豬軟骨、秀珍菇	水果	奶酥麵包 決明子茶	5.7	1.7	1.7	0.0	0.3	2.5	686.0
5/23(五)	鮮肉高麗菜包 豆漿	白飯	蘿蔔燉雞	白蘿蔔、紅蘿蔔、雞腿肉	螞蟻上樹	高麗菜、美白菇 鴻喜菇、冬粉、黑豬絞肉	有機青菜	蔬菜湯	高麗菜、番茄、黑豬排骨	水果	雞排漢堡 紅棗枸杞茶	5.5	1.6	2.2	0.0	0.3	2.2	662.0
5/26(一)	蔓越莓吐司 溫牛奶	白飯	麻香嫩雞腿	雞腿肉、杏鮑菇 老薑片、麻油、枸杞	什錦滷味	綠花椰、花干 1/4豆干、海帶結	有機青菜	玉米排骨湯	玉米、黑豬排骨	水果	肉燥蔥油乾拌麵	5.5	1.5	1.6	0.8	0.3	2.1	756.5
5/27(二)	芋頭排骨粥	五穀飯	筍干燒肉	黑豬角肉、筍干	豆簽絲瓜	絲瓜、豆簽	有機青菜	芹香貢丸湯	西洋芹、貢丸、黑豬排骨	水果	滷蛋 雙花甘草茶	5.7	1.5	1.7	0.0	0.3	2.6	683.0
5/28(三)	可頌麵包 鮮奶	白飯	豆酥魚片	豆酥、鯛魚片	西芹素雞	西洋芹、素雞、香菇、彩椒	有機青菜	海芽蛋花湯	海芽、雞蛋、黑豬排骨	水果	紅豆湯圓	5.0	1.5	1.3	0.8	0.3	2.0	708.0
5/29(四)	南瓜雞蓉粥	白飯	果香咖哩肉片	黑豬里肌、馬鈴薯 紅蘿蔔、蘋果、洋蔥	紅蘿蔔炒蛋	紅蘿蔔、雞蛋、蔥花	有機青菜	翡翠豆腐羹	翡翠、豆腐、筍籤 木耳、雞蛋、香菇	水果	油飯 麥仔茶	5.5	1.3	1.4	0.0	0.3	2.3	634.5
5/30(五)	鮮奶饅頭 豆漿	白飯	鹹酥雞	雞胸肉、地瓜粉	肉燥豆腐	板豆腐、黑豬絞肉、蔥花	有機青菜	野菇蔬菜湯	鴻喜菇、美白菇 洋蔥、柴魚片	水果	奶油餐包 紅棗枸杞茶	6.0	1.5	1.2	0.0	0.3	2.8	703.5

本校採用下列廠商食品：包子類(國光) 鮮奶(義美) 麵包(愛美士西點麵包) 冷凍食品類(CAS認證) 豬肉(泓霖、豐得) 雞肉(洽富氣冷雞)、海鮮、非基改豆腐(龍泉果菜行) 青菜(大藝有機蔬菜農場) 營養師：李翊瑄
 午餐後皆備有時令水果 本校無使用輻射產品 本校使用豬肉產地為臺灣

