

114年5月份 光仁小學營養午餐菜單(幼兒園)

日期	星期	主食	主菜	副菜一	青菜	湯品	附餐	早點心主食	午點心主食	安親/課後班
5月1日	四	炸醬麵 「豬肉原產地國」：臺灣		無骨雞排	豆芽菜	海芽蛋花湯	水果	香菇鹹粥 「豬肉原產地國」：臺灣	紅豆小湯圓	滷蛋+豆干+甜不辣
5月2日	五	糙米飯	糖醋魚片	紅蘿蔔炒蛋	福山萵苣	薑絲冬瓜湯	水果	肉羹麵線 「豬肉原產地國」：臺灣	奶皇包+豆漿	金牛角
5月5日	一	有機米飯	三杯雞	螞蟥上樹 「豬肉原產地國」：臺灣	有機黑葉白菜	蘿蔔魚丸湯	水果	咖哩炒烏龍 「豬肉原產地國」：臺灣	克林姆麵包+鮮奶	豬肉餡餅 「豬肉原產地國」：臺灣
5月6日	二	有機米飯	桂竹筍燒肉 「豬肉原產地國」：臺灣	毛豆三丁	有機味美菜	蕃茄豆腐蛋花湯	水果	炸醬麵 「豬肉原產地國」：臺灣	香菇油飯 「豬肉原產地國」：臺灣	紅豆麻糬麵包
5月7日	三	小米飯	雙蘿燒雞	台式滷白菜	雙色花椰	冬瓜排骨湯 「豬肉原產地國」：臺灣	水果	麵疙瘩湯 「豬肉原產地國」：臺灣	蜂蜜蛋糕+鮮奶	福州丸+豆干*2 「豬肉原產地國」：臺灣
5月8日	四	日式味噌烏龍麵		肉片+滷甜條 「豬肉原產地國」：臺灣	小白菜		水果	酸辣湯餃 「豬肉原產地國」：臺灣	綠豆麥片湯	芝麻包
5月9日	五	胚芽飯	檸檬魚丁	南瓜蒸蛋	高麗菜		水果	鮮蔬肉片麵線 「豬肉原產地國」：臺灣	鮮肉包+豆漿 「豬肉原產地國」：臺灣	大可頌
5月12日	一	有機米飯	芝麻照燒豚肉 「豬肉原產地國」：臺灣	關東煮 「豬肉原產地國」：臺灣	有機小白菜	牛蒡肉絲湯 「豬肉原產地國」：臺灣	水果	大滷麵 「豬肉原產地國」：臺灣	蔓越莓麵包+鮮奶	燻雞麵包
5月13日	二	有機米飯	香滷雞腿	咖哩豆腐煲	有機小松菜	蘿蔔肉羹清湯 「豬肉原產地國」：臺灣	水果	蘿蔔糕湯 「豬肉原產地國」：臺灣	鮮蔬雲吞湯 「豬肉原產地國」：臺灣	起司捲
5月14日	三	麥片飯	泰式打拋豬 「豬肉原產地國」：臺灣	花枝丸*2	空心菜	羅宋湯 「豬肉原產地國」：臺灣	水果	木須炒麵 「豬肉原產地國」：臺灣	桂圓蛋糕+鮮奶	果醬吐司
5月15日	四	蕃茄肉醬義大利麵		檸檬翅小腿	雙色花椰	玉米濃湯	水果	蝦皮蒲瓜粥 「豬肉原產地國」：臺灣	粉圓豆花	鮮肉包 「豬肉原產地國」：臺灣
5月16日	五	五穀飯	芹香魚丁	毛豆炒蛋	蚵白菜	山藥菇菇湯	水果	鮮蔬烏龍麵 「豬肉原產地國」：臺灣	紅豆包+豆漿	原味波堤
5月19日	一	有機米飯	咖哩雞	佃煮蔬菜 「豬肉原產地國」：臺灣	有機山菠菜	榨菜肉絲湯 「豬肉原產地國」：臺灣	水果	蕃茄肉片湯麵 「豬肉原產地國」：臺灣	葡萄麵包+鮮奶	泡芙
5月20日	二	有機米飯	鳳梨紅燒肉 「豬肉原產地國」：臺灣	家常油豆腐 「豬肉原產地國」：臺灣	有機白莧菜	檸檬愛玉	水果	雞絲麵 「豬肉原產地國」：臺灣	通心麵玉米濃湯 「豬肉原產地國」：臺灣	炸雞塊*4
5月21日	三	芝麻飯	香菇雞	客家小炒 「豬肉原產地國」：臺灣	高麗菜	玉米排骨湯 「豬肉原產地國」：臺灣	水果	蔬菜湯餃 「豬肉原產地國」：臺灣	杯子蛋糕+鮮奶	夏威夷麵包 「豬肉原產地國」：臺灣
5月22日	四	牛肉麵		滷蛋	小白菜		水果	蛋塔	紅豆紫米湯	水煎包 「豬肉原產地國」：臺灣
5月23日	五	薏仁飯	香酥旗魚條	海芽蒸蛋	油菜		水果	鍋燒烏龍麵 「豬肉原產地國」：臺灣	芋泥包+豆漿	起酥蛋糕
5月26日	一	有機米飯	香菇肉燥 「豬肉原產地國」：臺灣	海結豆干	有機蘿菜	蔬菜味噌湯	水果	肉絲湯麵 「豬肉原產地國」：臺灣	地瓜麵包+鮮奶	滷蛋+貢丸 「豬肉原產地國」：臺灣
5月27日	二	有機米飯	沙茶雞丁	蕃茄炒蛋	有機味美菜	苳菜粉絲湯	水果	大滷麵 「豬肉原產地國」：臺灣	蔬菜南瓜米粉湯 「豬肉原產地國」：臺灣	奶皇包
5月28日	三	紫米飯	泡菜肉片 「豬肉原產地國」：臺灣	紅燒豆腐 「豬肉原產地國」：臺灣	青江菜	青木瓜排骨湯 「豬肉原產地國」：臺灣	水果	米苔目湯 「豬肉原產地國」：臺灣	香草葡萄蛋糕+鮮奶	克林姆麵包
5月29日	四	家常肉絲炒麵 「豬肉原產地國」：臺灣		福州丸 「豬肉原產地國」：臺灣	A菜	珍菇黃豆芽湯	水果	山藥肉末粥 「豬肉原產地國」：臺灣	綠豆薏仁湯	小叉燒包*2 「豬肉原產地國」：臺灣