

私立長庚學校財團法人長庚科技大學附設桃園市實驗幼兒園

112 學年度第 2 學期 5 月份餐點表

| | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 |
|-----|-----|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|--|------------------|------------------|
| 第一週 | 早點心 | | | 5/1 | 5/2 時令水果兩種 | 5/3 | 5/4 |
| | 午 餐 | | | 勞動節放假一天 | • 糙米飯 • 瓜子蒸肉 • 時令蔬菜 • 洋蔥炒蛋 紫菜蛋花湯 | 大活動補假一天 | |
| | 午點心 | | | | 小麵包 | | |
| | | | | | | | |
| 第二週 | 早點心 | 5/6 時令水果兩種 | 5/7 時令水果兩種 | 5/8 時令水果兩種 | 5/9 時令水果兩種 | 5/10 時令水果兩種 | 5/11 |
| | 午 餐 | • 糙米飯 • 蔥燒雞肉 • 時令蔬菜 • 蒜香地瓜葉 | • 糙米飯 • 香煎豬排 • 時令蔬菜 • 芹菜炒香菇 | • 糙米飯 • 醬滷鵪鶉蛋 • 時令蔬菜 • 炒高麗菜 | • 糙米飯 • 土魷魚塊 • 時令蔬菜 • 金針菇燴絲瓜 | • 水餃 • 時令蔬菜 | |
| | | 白蘿蔔排骨湯 | 山藥雞湯 | 青菜豆腐湯 | 吻仔魚莧菜湯 | 酸辣湯 | |
| | 午點心 | 水煮玉米 | 雞茸玉米粥 | 仙草蜜 | 關東煮 | 小麵包 | |
| 第三週 | 早點心 | 5/13 時令水果兩種 | 5/14 時令水果兩種 | 5/15 時令水果兩種 | 5/16 時令水果兩種 | 5/17 時令水果兩種 | 5/18 時令水果兩種 |
| | 午 餐 | • 糙米飯 • 馬鈴薯燉肉 • 時令蔬菜 • 魚板蒸蛋 | • 糙米飯 • 醬燒豬里肌 • 時令蔬菜 • 雙色花椰菜 | • 糙米飯 • 番茄炒蛋 • 時令蔬菜 • 三杯杏鮑菇 | • 糙米飯 • 櫛瓜炒雞肉 • 時令蔬菜 • 紅蘿蔔炒蛋 | • 金瓜米粉 • 時令蔬菜 | • 海鮮燴飯 • 時令蔬菜 |
| | | 玉米濃湯 | 薑絲蛤蜊湯 | 味噌豆腐湯 | 虱目魚丸湯 | 蘿蔔排骨湯 | 鮮菇湯 |
| | 午點心 | 奶皇包 | 餛飩青菜湯 | 西米露 | 竹筍肉絲鹹粥 | 小麵包 | 黑糖饅頭 |
| 第四週 | 早點心 | 5/20 時令水果兩種 | 5/21 時令水果兩種 | 5/22 時令水果兩種 | 5/23 時令水果兩種 | 5/24 時令水果兩種 | 5/25 |
| | 午 餐 | 科大運動會補假一天 | • 糙米飯 • 蘆筍炒肉絲 • 時令蔬菜 • 紅燒冬瓜 | • 糙米飯 • 蔥蛋 • 時令蔬菜 • 香煎豆腐 | • 糙米飯 • 清蒸鯛魚 • 時令蔬菜 • 蝦仁滑蛋 | • 什錦炒麵 • 時令蔬菜 | |
| | | | 牛蒡排骨湯 | 番茄蔬菜湯 | 冬瓜排骨湯 | 白菜豆腐湯 | |
| | 午點心 | | 香鬆飯糰 | 檸檬愛玉 | 陽春麵 | 小麵包 | |
| 第五週 | 早點心 | 5/27 時令水果兩種 | 5/28 時令水果兩種 | 5/29 時令水果兩種 | 5/30 時令水果兩種 | 5/31 時令水果兩種 | |
| | 午 餐 | • 糙米飯 • 糖醋雞丁 • 時令蔬菜 • 滷白菜 | • 糙米飯 • 滷小雞腿 • 時令蔬菜 • 清炒四季豆 | • 糙米飯 • 玉米炒蛋 • 時令蔬菜 • 炒空心菜 | • 糙米飯 • 洋蔥豬肉片 • 時令蔬菜 • 茼蒿豆芽菜 | • 雞肉飯 • 時令蔬菜 | |
| | | 蓮藕排骨湯 | 肉羹湯 | 蘿蔔玉米湯 | 海帶排骨湯 | 鮮魚湯 | |
| | 午點心 | 銀絲卷 | 蘿蔔糕湯 | 黑糖豆花 | 鍋燒烏龍麵 | 小麵包 | |

【註】＊水果之廠商為「四季水果食品公司」；麵包之廠商為「英吉利手工麵包坊」；水餃之廠商為「金寶水餃」；餐點皆由廚工烹調

＊菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核

＊食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食（如：不加未煮熟之蔥花）/ 口味較淡（如：低糖低鹽、不加辣椒等）

營養老師：

園長：

經辦：

廚工：