

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
114 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	
	午 餐					勞動節放假一天	
	午點心						
	午點心						
第二週	早點心	5/4	5/5 時令水果兩種	5/6 時令水果兩種	5/7 時令水果兩種	5/8 時令水果兩種	
	午 餐	大活動補假一天	• 糙米飯 • 馬鈴薯燉肉 • 時令蔬菜 • 番茄炒蛋	• 糙米飯 • 豆皮炒芹菜 • 時令蔬菜 • 滷海帶筍絲	• 糙米飯 • 糖醋雞柳 • 時令蔬菜 • 雙色花椰菜	• 肉絲蛋炒飯 • 時令蔬菜	
			白蘿蔔魚丸湯	豆腐味噌湯	香菇冬瓜排骨湯	鮭魚豆腐味噌湯	
	午點心		吻仔魚蔬菜粥	仙草蜜	關東煮	小麵包	
第三週	早點心	5/11 時令水果兩種	5/12 時令水果兩種	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
	午 餐	• 糙米飯 • 樹子蒸鯛魚 • 時令蔬菜 • 蒜香空心菜	• 糙米飯 • 紅燒五花肉 • 時令蔬菜 • 豇豆炒蛋	• 糙米飯 • 三杯杏鮑菇 • 時令蔬菜 • 起司烤南瓜	• 糙米飯 • 醬燒里肌肉 • 時令蔬菜 • 鳳梨炒木耳	• 手工水餃 • 時令蔬菜	• 咖哩飯 • 時令蔬菜
		紫菜蛋花湯	香菇雞湯	南瓜洋蔥濃湯	小魚乾空心菜湯	酸辣湯	玉米濃湯
	午點心	水煮蛋	蘿蔔糕湯	地瓜煎餅	麵疙瘩	小麵包	小麵包
第四週	早點心	5/18	5/19 時令水果兩種	5/20 時令水果兩種	5/21 時令水果兩種	5/22 時令水果兩種	
	午 餐	科大校慶補假一天	• 糙米飯 • 鵪鶉蛋滷肉燥 • 時令蔬菜 • 螞蟻上樹	• 糙米飯 • 絲瓜燴金針 • 時令蔬菜 • 蒜香地瓜葉	• 糙米飯 • 梅干扣肉 • 時令蔬菜 • 蒲瓜炒蝦米	• 日式什錦炒麵 • 時令蔬菜	
			小白菜豆腐湯	鮮菇湯	白蘿蔔玉米湯	羅宋湯	
	午點心		香鬆飯糰	雞絲麵	薑汁豆花	小麵包	
第五週	早點心	5/25 時令水果兩種	5/26 時令水果兩種	5/27 時令水果兩種	5/28 時令水果兩種	5/29 時令水果兩種	
	午 餐	• 糙米飯 • 炸土魷魚塊 • 時令蔬菜 • 麻婆豆腐	• 糙米飯 • 滷棒棒腿 • 時令蔬菜 • 什錦燴黃瓜	• 糙米飯 • 滷白菜 • 時令蔬菜 • 三杯麵腸	• 糙米飯 • 壽喜燒豬肉 • 時令蔬菜 • 蒜香高麗菜	• 滷肉飯 • 時令蔬菜	
		枸杞蓮藕湯	吻仔魚莧菜湯	牛蒡蘿蔔湯	榨菜肉絲湯	芹菜貢丸湯	
	午點心	水煮玉米	玉米雞蓉粥	西米露	古早味雞蛋餅	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— 一切細小塊 / 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：