

《112年5月》

臺北市景新非營利幼兒園餐點表

日期	時間	5/1 勞動節 (5/29) 星期一	5/2 (5/30) 星期二	5/3 (5/31) 星期三	05/04 星期四	05/05 星期五
05/01-05/05 05/29-05/31	上午點心	綜合水果	綜合水果	綜合水果	綜合水果	綜合水果
	午餐	芋頭燒肉 叻仔魚炒豆干 時鮮蔬菜 大頭菜排骨湯	糖醋魚片 肉末蒸蛋 時鮮蔬菜 山藥雞湯	洋蔥雞丁 塔香茄子 時鮮蔬菜 高麗菜味噌柴魚湯	什錦炒米粉 (蝦米、紅蘿蔔、木耳、肉絲、香菇、魚板、高麗菜) 竹筍排骨湯	麵輪燒肉 玉米筍炒百菇 時鮮蔬菜 大黃瓜排骨湯
	下午點心	蔥燒餅+豆漿	黑糖地瓜湯	蔬菜肉絲麵	綠豆仁西米露	菠菜銀魚粥
05/08~05/12	上午點心	05/08 綜合水果	05/09 綜合水果	05/10 綜合水果	05/11 綜合水果	05/12 綜合水果
	午餐	肉絲蛋炒飯 (蛋、肉絲、紅蘿蔔、洋蔥、香菇、蔬菜) 田園蔬菜湯	打拋豬肉 青花玉米筍 時鮮蔬菜 竹筍雞湯	三杯雞 胡蘿蔔炒蛋 時鮮蔬菜 綜合鮮菇湯	蔥燒魚片 豆干絲炒肉絲 時鮮蔬菜 金針排骨湯	竹筍燒肉 小黃瓜炒魚板 時鮮蔬菜 海帶絲排骨湯
	下午點心	番茄豆腐細粉	仙草蜜	高麗菜瘦肉香菇粥	紅豆吐司+牛奶	慶生會(兔仔包+養生茶)
05/15~05/19	上午點心	05/15 水果	05/16 綜合水果	05/17 綜合水果	05/18 綜合水果	05/19 綜合水果
	午餐	油豆腐肉片 三杯杏鮑菇 時鮮蔬菜 鳳梨苦瓜雞湯	蔥燒魚片 日式蒸蛋 時鮮蔬菜 薑絲蛤蠣湯	大滷麵 (肉絲、魚板、大白菜、紅蘿蔔、木耳、蛋花、香菇)	雞肉炒豆干 蠔油茄子 時鮮蔬菜 菠菜叻仔魚湯	南瓜燉肉 蜜汁甜不辣 時鮮蔬菜 玉米排骨湯
	下午點心	芋頭粥	黑糖饅頭+豆漿	銀耳蓮子湯	粿仔湯	紅豆薏仁湯
05/22~05/26	上午點心	05/22 綜合水果	05/23 綜合水果	05/24 綜合水果	05/25 綜合水果	05/26 綜合水果
	午餐	梅干燒肉 菇菇燴絲瓜 時鮮蔬菜 蘿蔔排骨湯	四季豆炒雞丁 番茄炒蛋 時鮮蔬菜 白菜豆腐湯	大白菜燒肉 客家小炒 時鮮蔬菜 黃豆芽排骨湯	清蒸鯛魚 麻婆豆腐 時鮮蔬菜 牛蒡排骨湯	日式燉飯 (絞肉、香菇、洋蔥、番茄、綠花椰菜、紅蘿蔔) 冬瓜排骨湯
	下午點心	肉羹紅麵線	小麵包+豆漿	翡翠南瓜小米粥	檸檬愛玉	全麥餅乾+牛奶

* * * *
 經營營養學家指導，本園特別精心安排於每天上午點心為綜合水果，藉此均衡孩子的營養與不偏食的好習慣。
 為了培養寶貝良好的生活習慣及作息，請讓孩子每天早睡早起，並在家用完早餐再上學，如此更可增進親子間良好的互動關係。
 本園中午米飯皆以糙米+多種穀物方式提供滿滿的營養喔！
 本園餐點採用紐西蘭進口奶粉，並使用合格廠商之麵包及各項麵食，以孩子的健康為主張，各項餐點皆有嚴格過濾把關，敬請各位家長安心。

本園使用國產豬肉