

臺北市景新非營利幼兒園

《114 年 5 月》

日期	時間	5/26 星期一	5/27 星期二	5/28 星期三	5/29 (5/1 放假) 星期四	5/2 (5/30 放假) 星期五	* 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，並在家用完早餐再來上學，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。
05/01-05/02 05/26-05/30	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 吻仔魚炒豆干 時鮮蔬菜 冬瓜排骨湯	洋蔥雞丁 塔香茄子 時鮮蔬菜 高麗菜味噌柴魚湯	清蒸鱸魚 肉末蒸蛋 時鮮蔬菜 綜合鮮菇湯	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	雞丁炒紅蘿蔔馬鈴薯 玉米筍炒鴻喜菇 時鮮蔬菜 羅宋湯	
	下午點心	滑蛋瘦肉粥	蘇打餅乾+牛奶	蔬菜肉絲麵	黑糖饅頭+豆漿	蘿蔔糕湯	
05/05~05/09	上午點心	05/05 綜合水果	05/06 綜合水果	05/07 綜合水果	05/08 綜合水果	05/09 綜合水果	
	午餐	肉絲蛋炒飯 (豬肉絲、洋蔥、蛋、高麗菜、紅蘿蔔) 山藥雞湯	打拋豬肉 螞蟻上樹 時鮮蔬菜 白菜豆腐湯	三杯雞 胡蘿蔔炒蛋 時鮮蔬菜 大黃瓜排骨湯	洋蔥燒鯛魚 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 海帶結排骨湯	
	下午點心	番茄豆腐細粉	奶油餐包+牛奶	玉米雞茸粥	仙草蜜	慶生會(紅蛋+養生茶)	
05/12~05/16	上午點心	05/12 水果	05/13 綜合水果	05/14 綜合水果	05/15 綜合水果	05/16 綜合水果	
	午餐	雞絲炒竹筍 蒜香醃豆 時鮮蔬菜 鳳梨苦瓜雞湯	甜不辣燒肉 日式蒸蛋 時鮮蔬菜 紅棗雞湯	台式炒油麵 (油麵、乾香菇、紅蘿蔔、高麗菜、豬肉絲、洋蔥) 玉米塊排骨湯	雞肉炒豆干 炒南瓜 時鮮蔬菜 薑絲蛤蜊湯	糖醋魚片 鹹蛋炒杏鮑菇 時鮮蔬菜 莧菜吻仔魚湯	
	下午點心	綠豆地瓜湯	蔬菜餛飩湯	銀耳蓮子湯	高麗菜瘦肉香菇粥	玉米脆片+牛奶	
05/19~05/23	上午點心	05/19 綜合水果	05/20 綜合水果	05/21 綜合水果	05/22 綜合水果	05/23 綜合水果	
	午餐	蔥爆豬肉 鴻喜菇燴絲瓜 時鮮蔬菜 蘿蔔雞骨湯	四季豆炒雞丁 番茄炒蛋 時鮮蔬菜 番茄黃豆芽排骨湯	小黃瓜炒豬肉絲 麻婆豆腐 時鮮蔬菜 花菜排骨湯	清蒸鯛魚 客家小炒 時鮮蔬菜 牛蒡排骨湯	香菇滷肉飯 (香菇、絞肉、滷蛋、豆干) 燙青菜 昆布味噌豆腐湯	
	下午點心	肉羹麵線	蔥燒餅+豆漿	翡翠南瓜小米粥	檸檬愛玉	葡萄吐司+牛奶	

本園使用國產豬肉，本土全蛋無使用進口蛋液