



# 台南市私立長女幼兒園 110 學年度第一學期餐點表

星期一

《週別：第 1 週》

早點心	午 餐						午點心	
蒜味蚵仔湯	什錦蔬菜雞蛋意麵						水果	鮪魚三明治
	雞蛋麵	豆芽	肉燥	小白菜	黃瓜	木瓜		
五穀根莖類	魚肉蛋奶			蔬 菜 類		水 果 類		
V	V			V		V		

星期二

早點心	午 餐						午點心	
吐司夾炒蛋	蠔油豬肉甘藍菜燴飯						水果	冬瓜綠豆湯
	梅花肉	芥藍菜	黑木耳	洋蔥	芭樂			
五穀根莖類	魚肉蛋奶			蔬 菜 類		水 果 類		
V	V			V		V		

星期三

早點心	午 餐						午點心	
綜合菇菇湯	魚 羹 肉 片 麵 線						水果	香煎蔬菜餅
	魚羹	筍絲	梅花肉片	高麗菜	蘋果			
五穀根莖類	魚肉蛋奶			蔬 菜 類		水 果 類		
V	V			V		V		

星期四

早點心	午 餐						午點心	
饅頭	紅 燒 什 錦 蔬 菜 蓋 飯						水果	豆腐
低糖豆漿	豬肉	馬鈴薯	蘿蔔	洋蔥	黑木耳	鳳梨	海帶芽湯	
五穀根莖類	魚肉蛋奶			蔬 菜 類		水 果 類		
V	V			V		V		

星期五

早點心	午 餐						午點心	
枸杞紅棗 魚湯	鍋 燒 大 麵						水果	手工西點 餐包
	梅花肉片	魚丸	蛋花	白菜	香蕉			
五穀根莖類	魚肉蛋奶			蔬 菜 類		水 果 類		
V	V			V		V		

※菜單內容如有更動，則以當季、新鮮、安全食材作為更換之考量

\*本園一律使用國產豬、牛肉食材

