



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 4 週》

| 早點心 | 午 餐 | | | | | 午點心 |
|-------|-------------|----|-------|----|-------|-----------|
| 小魚豆腐 | 當 歸 肉 片 麵 線 | | | | 水果 | 黑糖 洋菜凍 |
| 味增湯 | 梅花肉片 | 麵線 | 米血 | 豆皮 | 芭樂 | |
| 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 |
|-------|-----------|------|-------|-----|-------|-----|
| 大黃瓜 | 咖 哩 蔬 菜 飯 | | | | 水果 | 滷米血 |
| 鮮魚湯 | 豬肉 | 紅蘿蔔丁 | 青豆仁 | 花椰菜 | 香蕉 | |
| 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 |
|-------|-------------|----|-------|----|-------|-----------|
| 銀魚莧菜湯 | 南 瓜 芋 頭 鹹 粥 | | | | 水果 | 小時候 大餅 |
| | 絞肉 | 芋頭 | 香菇 | 蝦米 | 芹菜 | |
| 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 |
|-------|---------------|-----|-------|---|-------|----------|
| 蒸銀絲卷 | 叻仔魚番茄炒飯+銀芽豆腐湯 | | | | 水果 | 南瓜 濃湯 |
| 牛奶 | 洋蔥 | 叻仔魚 | 番茄 | 蛋 | 豆芽菜 | |
| 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 |
|-------|---------------------|----|-------|----|-------|------|
| 海帶芽 | 什 錦 炒 麵 + 蘿 蔔 大 骨 湯 | | | | 水果 | 手工饅頭 |
| 雞肉湯 | 肉絲 | 蝦仁 | 香菇 | 蘿蔔 | 高麗菜 | |
| 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

