



# 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

