



# 台南市私立長女幼兒園 110 學年度第二學期餐點表

星期一

《週別：第 4 週》

早點心	午 餐					午點心
小魚豆腐	古 早 味 肉 燥 湯 麵					水果
味增湯	芹菜	肉燥	小 白 菜	小 烏 蛋	芭樂	草莓 三明治
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	香菇五花肉飯+冬瓜蛤蠣湯					水果
瓜湯	香菇	五花肉	蝦 米	玉米蛋	香蕉	黑糖 洋菜凍
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
紫菜	雞 肉 蔬 菜 粥					水果
蛋花湯	雞肉	蛋花	洋蔥	芹菜	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
蒸銀絲卷	叻仔魚番茄炒飯+銀芽豆腐湯					水果
牛奶	洋蔥	叻仔魚	番茄	蛋	豆芽菜	水梨
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	什錦炒麵+蘿蔔大骨湯					水果
鮮魚湯	肉絲	蝦仁	香菇	蘿蔔	高麗菜	木瓜
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

