



台南市私立長女幼兒園 111 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
紫菜 蛋花湯	叻仔魚番茄炒飯+豆腐紫菜湯					水果	草莓 三明治	
	洋蔥	叻仔魚	蕃茄	蛋	紫菜	豆腐		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
小魚豆腐 味增湯	古 早 味 肉 燥 湯 麵					水果	黑糖 洋菜凍	
	芹菜	肉燥	小白菜	小烏蛋		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
大黃 瓜湯	香菇五花肉飯+冬瓜蛤蠣湯					水果	小時候 大餅	
	香菇	五花肉	時蔬	玉米蛋		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 牛奶	雞 肉 蔬 菜 粥					水果	南瓜 濃湯	
	雞肉	蛋花	洋蔥	芹菜	高麗菜	火龍果		
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 鮮魚湯	什錦炒麵+蘿蔔大骨湯					水果	手工饅頭	
	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