



台南市私立長女幼兒園 113 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 味增湯	古 早 味 肉 燥 湯 麵					水果	草莓 三明治
	肉燥	芹菜	小白菜	小鳥蛋		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 鮮魚湯	花瓜五花肉飯+冬瓜蛤蠣湯					水果	黑糖 洋菜凍
	花瓜	五花肉	冬瓜	蛤蠣	紅蘿蔔蛋	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	
蒸銀絲卷 牛奶	雞 肉 蔬 菜 粥					水果	小時候 大餅
	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	
翡翠 叻仔魚湯	豬肉絲蕃茄炒飯+紫菜豆腐湯					水果	南瓜 濃湯
	洋蔥	豬肉絲	蕃茄	蛋	紫菜 豆腐	柳丁	
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 雞肉湯	鍋 燒 意 麵					水果	手工饅頭
	豬肉片	蛋花	小白菜	魚丸	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