



台南市私立長女幼兒園 114 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	花瓜五花肉飯+冬瓜蛤蠣湯					水果	草莓 三明治
	花瓜	五花	冬瓜	蛤蠣	紅蘿蔔蛋	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
大黃瓜湯	古早味肉燥湯麵					水果	滷甜不辣
	肉燥	芹菜	竹輪	小白菜		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
蒸銀絲卷	雞 肉 蔬 菜 粥					水果	小時候 大餅
低糖豆漿	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	手工饅頭	
	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	
枸杞蛋花 魚湯	鍋燒			意麵			水果	南瓜 濃湯	
	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