

東光國小附設幼兒園 5 月份點心

| 日期 | 星期 | 上午點心 | 下午點心 | 水果 |
|------|----|------------------------------|--------------------|-----|
| 5/1 | 一 | 土司夾蛋+豆漿 | 冰心地瓜+決明子茶 | 香蕉 |
| 5/2 | 二 | 烏龍湯麵(烏龍麵.肉絲.白菜.蛤蠣) | 蔥抓餅+鮮奶+堅果 | 香蕉 |
| 5/3 | 三 | 鍋貼+海帶芽湯(海帶芽) | 鬆餅+優酪乳 | 西瓜 |
| 5/4 | 四 | 紅蘿蔔酸辣湯(木耳.紅蘿蔔.金針菇.豆腐.肉絲) | 甜玉米+堅果 | 西瓜 |
| 5/5 | 五 | 莧菜吻魚粥 | 芝麻包+牛奶 | 蓮霧 |
| 5/8 | 一 | 小饅頭+鮮奶五穀漿 | 水煮毛豆+青菜豆腐湯 | 青葡萄 |
| 5/9 | 二 | 米苔目湯(米苔目.小白菜.韭菜.豬肉) | 肉包+堅果 | 青葡萄 |
| 5/10 | 三 | 鮮菇蔬菜燕寶粥(香菇.高麗菜.玉米.燕餃.米) | 紅蘿蔔玉米煎餅+鮮奶 | 木瓜 |
| 5/11 | 四 | 貢丸冬粉湯(貢丸.冬粉.豆芽菜.小白菜.芹菜) | 浮水魚羹(魚羹.筍絲.高麗菜)+堅果 | 木瓜 |
| 5/12 | 五 | 水餃+蛋花湯(雞蛋) | 南瓜牛奶濃湯 | 香蕉 |
| 5/15 | 一 | 水煎包+紫菜湯(紫菜) | 紅豆豆花 | 水果 |
| 5/16 | 二 | 海苔味增拉麵(海苔.拉麵.豬肉.小白菜) | 葡萄吐司+鮮奶+堅果 | 水果 |
| 5/17 | 三 | 鮭魚玉米粥(玉米.雞蛋.鮭魚.白米.高麗菜) | 甜玉米+原味奶酪 | 鳳梨 |
| 5/18 | 四 | 香菇肉羹(香菇.筍絲.高麗菜.雞蛋.豬肉) | 地瓜綠豆湯+堅果 | 鳳梨 |
| 5/19 | 五 | 肉包+豆漿 | 奶黃包+芝麻牛奶 | 水果 |
| 5/22 | 一 | 虱目魚粥(虱目魚.米.芹菜) | 冰心地瓜+牛奶 | 水果 |
| 5/23 | 二 | 鮮菇蔬菜米粉湯(豆芽菜.小白菜.韭菜.香菇.肉絲.米粉) | 羅宋麵包+蜜茶+堅果 | 水果 |
| 5/24 | 三 | 南瓜雜糧饅頭+鮮奶五穀漿 | 蛋糕 | 西瓜 |
| 5/25 | 四 | 紅蘿蔔玉米濃湯(紅蘿蔔.蛋.玉米.馬鈴薯) | 什錦愛玉+堅果 | 西瓜 |
| 5/26 | 五 | 蔥抓餅+蔬菜湯(紅蘿蔔.高麗菜) | 煎餅+牛奶 | 水果 |
| 5/29 | 一 | 黑糖饅頭+鮮奶五穀漿 | 水煮蛋+枸杞茶 | 水果 |
| 5/30 | 二 | 陽春麵(麵條.韭菜.白菜.肉燥) | 南瓜煎餅+蜜茶+堅果 | 水果 |
| 5/31 | 三 | 雞蓉玉米粥(雞肉.高麗菜.玉米.白米) | 壽司 | 鳳梨 |

- 註：1.點心遇特殊狀況(如：颱風、退貨、物價上揚...等)將彈性調整。
 2.時令水果每日供應，但因配合國小營養午餐招標周期(3週一次)進行採購，故月中將再次公告水果招標後的品項。
 3.藍底字為國小營養午餐提供之乳品與水果。
 4.黃底字為護眼保健餐。
 5.每周提供3天的乳製品補充幼兒鈣質；3次堅果均衡幼兒營養。含糖飲品每周不超過3次。
 6.本園餐點食材均採用國產豬、牛肉。



承辦人：許維珊

營養師：黃硯廷

校長：林義順