

臺北市信義區信義國小附幼111年5月份菜單

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	全穀雜糧類	油脂與堅果種子類	蔬菜類	乳品	水果	豆魚蛋肉	熱量
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐								
5月2日	一	杯子蛋糕*1+麥茶	薏仁飯	京醬肉絲	香蔥炒蛋	時蔬	青菜豆腐湯	水果	綠豆薏仁湯	7.0	1.3	1.2	0.0	1.0	2.4	818.5
5月3日	二	小肉包*1+鮮奶	夏威夷炒飯	酥炸柳葉魚		時蔬	金菇三絲湯	水果	港式蒸蘿蔔糕	7.0	1.3	1.2	1.0	1.0	1.4	868.5
5月4日	三	時蔬鮭魚粥	有機白米	沙茶肉片	紅燒冬瓜	時蔬	金針花湯	水果	義式菇菇濃湯	6.2	1.2	2.1	0.0	1.0	2.7	803
5月5日	四	鮮蔬雞絲麵	糙米飯	南瓜燒雞	回鍋干片	時蔬	紫菜蛋花湯	水果	高麗菜包*1+黑芝麻豆漿	6.2	1.4	1.5	0.0	1.0	3.1	827
5月6日	五	蛋糕*1+低糖豆漿	白米	番茄燉肉	玉米肉茸	時蔬	肉骨茶湯	水果	原味餐包*1+鮮奶	6.1	1.2	1.3	1.0	1.0	2.3	871
5月9日	一	炸醬麵	燕麥飯	三杯雞	什錦滷味	時蔬	四神排骨湯	水果	白米珍珠丸*2+冬瓜茶	6.2	1.5	1.2	0.0	1.0	3.2	831.5
5月10日	二	馬拉糕*1+鮮奶	肉燥乾麵	香滷豬排		時蔬	什錦珍菇湯	水果	關東煮	6.4	1.2	1.6	1.0	1.0	2.0	877
5月11日	三	玉米肉末粥	有機白米	豆豉魚丁	白菜凍腐	時蔬	筍片雞骨湯	水果	紅棗銀耳湯	7.0	1.3	1.7	0.0	1.0	2.2	816
5月12日	四(蔬)	鮮蔬餛飩湯	白米飯	麻婆豆腐	日式蒸蛋	時蔬	味噌海芽湯	水果	南瓜奶皇餅*2+低糖豆漿	6.5	1.2	1.7	0.0	1.0	2.7	814
5月13日	五	豬肉餡餅*1+黑芝麻豆漿	胚芽飯	泰式打拋豬	三杯鮮菇	時蔬	山藥排骨湯	水果	銅鑼燒*1+鮮奶	6.0	1.3	1.3	1.0	1.0	2.2	861
5月16日	一	什錦炒麵	白米飯	蒜泥白肉	蒜炒海茸	時蔬	薑絲冬瓜湯	水果	小籠湯包*2+蛋花湯	6.0	1.4	1.9	0.0	1.0	3.0	815.5
5月17日	二	地瓜球*4+麥茶	肉醬義大利麵	麥克雞塊		時蔬	洋蔥濃湯	水果	芝麻包*1+低糖豆漿	6.2	1.4	1.2	0.0	1.0	3.2	827
5月18日	三	豚骨拉麵	有機白米	香菇肉燥	蝦香高麗	時蔬	蘿蔔大骨湯	水果	黑糖捲*1+鮮奶	6.0	1.2	1.4	1.0	1.0	2.3	866.5
5月19日	四	菇菇肉茸粥	糙米飯	砂鍋魚丁	玉米炒蛋	時蔬	田園蔬菜湯	水果	綠豆麥片湯	7.1	1.5	1.6	0.0	1.0	2.0	814.5
5月20日	五	紫米珍珠丸*2+金菇湯	薏仁飯	照燒豬肉	打拋干丁	時蔬	白菜豆腐大骨湯	水果	芋泥包*1+鮮奶	6.2	1.2	1.7	1.0	1.0	2.0	865.5
5月23日	一	時蔬鍋燒麵	麥片飯	回鍋肉片	鄉村粉絲	時蔬	南瓜大骨湯	水果	銀絲卷*1+冬瓜茶	6.2	1.4	1.7	0.0	1.0	3.0	824.5
5月24日	二	皮蛋瘦肉粥	玉米肉絲蛋炒飯	花枝排		時蔬	紫菜丸片湯	水果	菜頭甜條湯	6.9	1.3	1.9	0.0	1.0	2.3	821.5
5月25日	三	紅豆包*1+鮮奶	有機白米	筍香肉絲	番茄炒蛋	時蔬	鮮瓜大骨湯	水果	仙草蜜	7.0	1.3	1.2	1.0	1.0	1.4	868.5
5月26日	四	什錦炒麵疙瘩	燕麥飯	咖哩雞	海帶三絲	時蔬	青菜蛋花湯	水果	魚羹湯	6.1	1.5	2.4	0.0	1.0	2.8	824.5
5月27日	五	紅豆紫米粥	白米飯	馬鈴薯燉肉	清炒鮮瓜	時蔬	木耳黃芽湯	水果	原味吐司*1+優酪乳	7.1	1.2	1.4	1.0	1.0	1.4	876
5月30日	一	蒜香螺旋麵	蕎麥飯	塔香肉片	茄汁油腐	時蔬	玉米濃湯	水果	水餃*3+蔬菜湯	6.4	1.5	2.1	0.0	1.0	2.7	830.5
5月31日	二	高麗菜粥	飄香油飯	無骨香雞排		時蔬	馬鈴薯大骨湯	水果	鬆餅*1+低糖豆漿	6.6	1.4	1.7	0.0	1.0	2.6	822.5

備註:菜單中板豆腐、油豆腐、黑豆干、五香豆干、豆包、蘭花干、百頁豆腐、素雞、豆腸、玉米均為非基因改造食材。中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司

本園一律使用國產豬食材