

## 臺北市信義區信義國小附幼108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1日	三	蒜香螺旋麵	白米飯	壽喜燒魚	鮮菇黃瓜	時蔬	肉羹清湯	水果	鮪魚玉米粥	4	1.4	1.6	0	1	1.5	555.5
5月2日	四	小籠湯包*2	麥片飯	鹹水雞	蕃茄炒蛋	時蔬	金針蔬菜湯		水果餐	4	1.2	1.7	0	0	1.6	496.5
5月3日	五	生日蛋糕+豆漿	小米飯	京醬肉絲	洋芋四季	時蔬	青菜豆腐湯	水果	芋泥包(小)*1+鮮奶	4.3	1.3	1.5	0	1	1.8	592
5月4日	六	園遊會-壽司														
5月6日	一	饅頭(小)*1+麥茶	翡翠炒飯	樹子蒸魚*1		時蔬	竹筍鮮菇湯	水果	麻油麵線湯	4.1	1.4	1.4	0	1	1.5	557.5
5月7日	二	豬肉餡餅*1+鮮奶	白米飯(有機白米)	筍香肉片	白菜滷	時蔬	味噌海芽湯		水果餐	4	1.6	1.5	0	0	1.8	524.5
5月8日	三	高麗菜炒飯	芝麻飯	菇菇雞肉丼	海結豆干	時蔬	薑絲冬瓜湯	水果	地瓜芋圓甜湯	4.1	1.4	1.5	0	1	1.7	575
5月9日	四	紅蘿蔔吐司*1+豆漿	白米飯	豆豉肉片	日式蒸蛋	時蔬	豆薯大骨湯		水果餐	4.1	1.3	1.3	0	0	1.8	513
5月10日	五	肉燥乾拌麵	糙米飯	蕃茄燉雞	彩椒花椰	時蔬	玉米濃湯	水果	珍珠丸*2+鮮奶	4	1.6	1.6	0	1	1.8	587
5月13日	一放假	園遊會補假一天														
5月14日	二	燒賣*2+麥茶	白米飯(有機白米)	昆布燉肉	三色炒蛋	時蔬	肉骨茶湯		水果餐	4.1	1.2	1.7	0	0	1.7	511
5月15日	三	原味小餐包*1+鮮奶	燕麥飯	泰式檸檬魚	鐵板豆腐	時蔬	黃瓜大骨湯	水果	紅棗銀耳湯	4	1.3	1.4	0	1	1.6	553.5
5月16日	四	鮮菇麵疙瘩	醃醬肉燥拌麵	香蔥油雞		時蔬	鮮蔬蛋花湯		水果餐	4	1.5	1.5	0	0	1.6	505
5月17日	五	炒蘿蔔糕	小米飯	醬爆豬柳	枸杞絲瓜	時蔬	冬瓜大骨湯	水果	蔬菜餅乾*1+鮮奶	4.1	1.5	1.7	0	1	1.5	569.5
5月20日	一	芝麻包(小)*1+豆漿	白米飯	香草燉雞	白菜凍腐	時蔬	玉米蛋花湯	水果	塔香義大利麵	4.1	1.4	1.4	0	1	1.7	572.5
5月21日	二	筍香包*1+鮮奶	白米飯(有機白米)	沙茶肉片	紅仁蒲瓜	時蔬	馬鈴薯大骨湯		水果餐	4.2	1.5	1.8	0	0	1.6	526.5
5月22日	三	客家炒粿條	糙米飯	咖哩雞	彩蔬甜條	時蔬	雙色蘿蔔湯	水果	紅豆薏仁甜湯	4.2	1.5	1.6	0	1	1.5	574
5月23日	四	肉包*1+米漿	飄香油飯	香滷豬排*1		時蔬	肉骨茶湯		水果餐	4.2	1.8	1.7	0	0	1.8	552.5
5月24日	五	關東煮(海帶.黑輪.蘿蔔)	紫米飯	照燒雞丁	鮮菇蒸蛋	時蔬	金菇三絲湯	水果	蜂蜜蛋糕(小)*1+鮮奶	4	1.2	1.7	0	1	1.8	571.5
5月27日	一	水餃*3	小米飯	蜜汁燒肉	螞蟻上樹	時蔬	香菇冬瓜湯	水果	芋香肉茸粥	4.2	1.2	1.6	0	1	1.7	575.5
5月28日	二	茶葉蛋*1+麥茶	白米飯(有機白米)	花枝排	脆炒甜薯	時蔬	蕃茄蛋花湯		水果餐	4.2	1.5	1.6	0	0	1.6	521.5
5月29日	三	銀絲卷(小)+鮮奶	(蔬食日)薏仁飯	打拋干丁	玉米炒蛋	時蔬	鮮菇海帶湯	水果	鮮蔬餛飩湯(餛飩*2)	4.1	1.5	1.2	0	1	1.6	564.5
5月30日	四	全麥吐司*1+豆漿	日式烏龍麵	滷翅小腿*2		時蔬	味噌豆腐湯		水果餐	4	1.5	1.2	0	0	1.8	512.5
5月31日	五	什錦炒飯	糙米飯	三杯肉片	玉筍小黃瓜	時蔬	筍片大骨湯	水果	紅豆麵包(小)+鮮奶	4.2	1.5	1.5	0	1	1.6	579

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。

本校中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司