

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 5 月份餐點表

115. 4. 24 公告

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		1 全穀 根莖類	2 豆魚肉 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類
4	一	黑糖饅頭 米漿	糙米飯	菠菜燴蛋絲	玉米炒肉末	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	翡翠銀魚湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2. 3	1. 2	3	2	4	2	✓	✓	✓	✓
5	二	海苔滑蛋粥	香菇蛋炒飯				大骨黃瓜湯	時令水果	沙其瑪 紅棗茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3				2. 3	4	1. 4	✓	✓	✓	✓
6	三	奶酥吐司 豆漿	白米飯	香滷小腿	木耳炒豆干	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	檸檬愛玉凍	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2	1	3	3	4	1. 4	✓	✓	✓	✓
7	四	地瓜粥	什錦雞絲炒麵		脆瓜		四神湯	時令水果	魚丸米粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1. 2. 3		3		1. 2	4	1. 2	✓	✓	✓	✓
8	五	綠豆仁濃湯	五穀飯	醬燒冬瓜	炸花枝丸	時令蔬菜	排骨玉米湯	時令水果	菠蘿麵包 決明茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	3	2	3	1. 2	4	1	✓	✓	✓	✓
11	一	營養燕麥片 牛奶	白米飯	五香肉燥	小黃瓜炒肉絲	時令蔬菜	白玉魚板湯	時令水果	油豆腐細粉	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2	2. 3	3	1. 2	4	1. 2	✓	✓	✓	✓
12	二	芋頭牛奶西米露	家常鹹粥			涼拌小黃瓜		時令水果	小肉包 鮮果茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1. 2. 3			3		4	1. 2	✓	✓	✓	✓
13	三	小饅頭 豆漿	糙米飯	烤魷滷蘿蔔	紅燒肉	時令蔬菜	芙蓉蛋花湯	時令水果	麵線貢丸湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2. 3	2	3	2	4	1. 2	✓	✓	✓	✓
14	四	絲瓜烏龍湯	豬肉洋芋燴飯			香拌四季豆		時令水果	花卷 養生茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3			3		4	1	✓	✓	✓	✓
15	五	什錦素湯	五穀飯	瓠瓜燴肉	客家小炒	時令蔬菜	竹筍湯	時令水果	紅豆芋圓湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		3	1	2	2. 3	3	3	4	1	✓	✓	✓	✓

※ 1. 本園食材來源一律使用國產豬肉 2. 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。



宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 5 月份餐點表

115.4.24 公告

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核				
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		1 全穀 根莖類	2 豆魚肉 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類	
18	一	白饅頭 牛奶	糙米飯	蠔油鮮菇	菜脯蛋	時令蔬菜	鳳梨雞湯	時令水果	鮮蔬湯餃	✓	✓	✓	✓	
食物類別		1. 2	1	3	2. 3	3	2. 3	4	1. 2. 3	✓	✓	✓	✓	
19	二	莧菜魷仔魚粥	紅蘿蔔肉絲湯麵						時令水果	小餐包 枸杞木耳湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3						4	1. 3	✓	✓	✓	✓
20	三	原味吐司 豆漿	白米飯	蔭瓜滷肉	雪菜炒麵腸	時令蔬菜	酸菜結湯	時令水果	三絲豆腐羹	✓	✓	✓	✓	
食物類別		1. 2	1	2. 3	1. 3	3	3	4	2. 3	✓	✓	✓	✓	
21	四	鮮蔬肉燥粥	古早味蛋炒飯			涼拌小黃瓜		櫛瓜魚丸湯	時令水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2			3		2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓
22	五	蘿蔔糕湯	五穀飯	海帶燉肉	塔香杏鮑菇	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	米香菓 冬瓜露	✓	✓	✓	✓	
食物類別		1. 3	1	2. 3	3	3	3	4	1	✓	✓	✓	✓	
25	一	紅豆吐司 米漿	糙米飯	香滷油豆腐	蔬菜烘蛋	時令蔬菜	青菜肉片湯	時令水果	雞絲麵湯	✓	✓	✓	✓	
食物類別		1	1	2	2. 3	3	2. 3	4	1. 2	✓	✓	✓	✓	
26	二	馬鈴薯濃湯	皮蛋瘦肉粥				香蔥豆干		時令水果	小菜包 有機麥茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1. 2				2. 3		4	3	✓	✓	✓	✓
27	三	椰香饅頭 豆漿	白米飯	粉蒸肉	肉捲	時令蔬菜	豆芽肉絲湯	時令水果	南瓜粗粉湯	✓	✓	✓	✓	
食物類別		1. 2	1	2	1. 2	3	2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓	
28	四	鮮菇粥	豚骨翠玉拉麵				海苔絲		時令水果	青蔥饅頭 桂圓茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3				3		4	1. 3	✓	✓	✓	✓
29	五	枸杞麵線	五穀飯	筍絲燉肉	蔥燒豆皮	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果	粉條甜湯	✓	✓	✓	✓	
食物類別		1. 3	1	1. 3	2	3	2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓	

※ 1. 本園食材來源一律使用國產豬肉 2. 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。

