

2025



中鋼幼兒園

5 月份

餐點計劃表

日期	早上點心	午餐 + 水果	下午點心
5/2(五)	豬肉餡餅+蔬菜湯	白飯+豆腐毛豆蒸蛋+菠菜+牛蒡薏仁排骨湯+木瓜	飛機餅乾+檸檬愛玉
5/5(一)	古早味絲瓜麵	鮭魚什蔬蛋炒飯+蘿蔔玉米排骨湯+芭樂	黑糖綠豆蒜
5/6(二)	藍莓麵包+牛奶	胚芽飯+咖哩豚肉+青花菜+澎湖海菜丸子湯+西瓜	什蔬魷仔魚粥
5/7(三)	菠菜餛飩湯	小白菜海鮮鍋燒烏龍麵(湯)+香滷蛋+香蕉	鬆餅+無糖豆漿
5/8(四)	珍珠丸子+蔬菜湯	地瓜飯+橙汁排骨+高麗菜+洋蔥豆腐味噌湯+鳳梨	芋圓豆花
5/9(五)	小餐包+薏仁漿	白飯+梅子彩椒燒雞+番茄炒蛋+薑絲魚柳湯+甜橙	地瓜仙草凍
5/12(一)	蛋香雞絲麵	彩蔬紅燒豆腐蓋飯+五行蔬菜湯+芭樂	紅豆薏仁湯
5/13(二)	元氣穀物+牛奶	白飯+瓜仔肉燥鵪鶉蛋+地瓜葉+鳳梨苦瓜雞湯+蘋果	花椰菜馬鈴薯濃湯
5/14(三)	生日蛋糕-5月慶生	古早味碗粿+什蔬排骨湯+香蕉	菇菇肉絲鹹粥
5/15(四)	鮭魚吐司+米漿	紫米飯+麵輪燒五花+奶油白菜+韭菜蛋花湯+鳳梨	小肉包+紫菜湯
5/16(五)	古早味蘿蔔糕湯	藜麥飯+雞肉親子丼+蝦米瓠瓜+鯛魚豆腐湯+西瓜	茶葉蛋+柴魚湯
5/19(一)	芝麻包+牛奶	水餃+什蔬豆腐酸辣湯+芭樂	原味優格+玉米片
5/20(二)	蚵仔絲瓜麵線	地瓜飯+蒜香蒸鱸魚+客家小炒+竹筍排骨湯+西瓜	燒賣+味噌湯
5/21(三)	小蒸餃+蔬菜湯	泰式炒河粉+海鮮時蔬冬蔭功湯+香蕉	奶油麵包+決明子茶
5/22(四)	杯子蛋糕+無糖麥茶	白飯+豚肉壽喜燒+空心菜+蒜頭蛤蜊雞湯+鳳梨	南瓜粥+東港旗魚鬆
5/23(五)	小籠包+紫菜湯	小米飯+洋芋燒翹腿+高麗菜+冬瓜排骨湯+小番茄	手作布丁
5/26(一)	豆芽鍋燒意麵	筍絲白菜肉羹飯+鮮菇炒蛋+芭樂	蒸地瓜+無糖麥茶
5/27(二)	蘑菇玉米濃湯	海鮮湯麵+紅蘿蔔甜豆燴豆腐+香蕉	草莓抹醬吐司+米漿
5/28(三)	黑糖小饅頭+牛奶	藜麥飯+酥炸旗魚塊+茄子+黃瓜丸子湯+西瓜	什蔬瘦肉粥
5/29(四)	蛋糕捲+無糖豆漿	中鋼肉粽+絲瓜蛋花湯+鳳梨	起司餅乾+冬瓜茶

備註：

- 一、本園餐點供應國產豬肉(台糖)、桂冠及禎祥食材、中鋼麵包；蔬菜、水果需依市場情況做彈性調整。
- 二、本園餐點蔬果安排以當令為主，餐點依全穀根莖類、豆蛋魚肉類、蔬菜、水果、乳品及油脂，少再製食物的使用，為幼兒飲食安全做最好的把關。
- 三、時蔬及餐點會以市場狀況彈性調整，鋼幼健康成長餐，低油、低糖、長高不長胖。
- 四、一日蔬食(5/12)

