

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度下學期

五月份 幼兒點心單

*本校附幼餐點一律使用國產肉品食材

日期	星期	上午點心 9：30	下午點心 2：30
1	四	芋頭牛奶	水果+豆乳
2	五	菠菜紅蘿蔔瘦肉糙米粥	水果+優酪乳
3/4	六/日		
5	一	桂圓紅棗薏仁湯	水果+牛乳
6	二	蔥香雞腿菇菇麵	水果+果汁
7	三	蔥蛋燒餅+現煮米豆漿	水果+豆乳
8	四	藍莓玉米片優格/大組溯溪 8:30	水果+牛乳
9	五	虱目魚肚滑蛋粥	水果+優酪乳
10/11	六/日		
12	一	校慶補假	
13	二	枸杞菇菇雞湯	水果+果汁
14	三	吻仔魚海苔飯糰+現煮米豆漿	水果+豆乳
15	四	蝦仁蕃茄湯麵	水果+牛乳
16	五	香菇玉米瘦肉五穀米粥	水果+優酪乳
17/18	六/日		
19	一	地瓜薑湯	水果+牛乳
20	二	蕃茄肉絲雞蛋麵	水果+果汁
21	三	馬鈴薯起司蛋捲+現煮米豆漿	水果+豆乳
22	四	南瓜胡蘿蔔小米粥	水果+牛乳
23	五	魚片豆腐湯	水果+優酪乳
24/25	六/日		
26	一	紅豆紫米薏仁湯	水果+牛乳
27	二	塔香鮮蝦意麵	水果+果汁
28	三	水煮蛋花椰菜玉米筍+現煮米豆漿/藝文深耕 10:00	水果+豆乳
29	四	燒肉粽 DIY	水果+牛乳
30	五	端午節	
31/1	六/日		

承辦人：

園主任：

健康中心：

校長：

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度下學期

四月份 餐點材料明細單(17 人)

● 本園餐點設計原則：

1. 餐點設計配合四季節氣，以營養均衡、維護健康、提升身體素質為原則，以當季原型食材為優先，以自製為主，並留意當學年幼兒個別飲食禁忌。
2. 上午以養生甜湯、暖身煲湯、麵食、粥品或米食均分，下午以水果+健康飲品為主。
3. 每週可有至少一次雖價高但營養的食材，肉類以雞肉、海鮮為主，豬肉另抽驗萊劑。
4. 米類以白米、糙米、多穀米、紫米、小米均衡搭配。
5. 週一水果自訂(以共廚午餐不易出現的種類為主)、週三搭本校現煮豆漿、週二~五共廚午餐水果飲品留用。

日期	星期	上午點心 9:30	下午點心 2:30	食材訂購明細 紅字:訂購、[中括號網底:存貨/自購]
1	四	芋頭牛奶	水果+豆乳	芋頭 2 顆 (或 0.6 公斤) [牛奶]
2	五	菠菜紅蘿蔔瘦肉糙米粥	水果+優酪乳	[菠菜、紅蘿蔔、洋蔥、瘦絞肉、糙米/白米]
5	一	桂圓紅棗薏仁湯	水果+牛乳	水果-澄蜜蕃茄或聖女蕃茄 1 公斤 [桂圓、紅棗、薏仁]
6	二	蔥香雞腿菇麵	水果+果汁	青蔥 1 支(或 0.2 公斤)、 [雞腿、杏鮑菇]
7	三	蔥蛋燒餅+現煮米豆漿	水果+豆乳	[蔥、雞蛋 15 顆、燒餅 10 片]
8	四	藍莓玉米片優格 /大組溯溪	水果+牛乳	[藍莓果乾、玉米片、優格]
9	五	虱目魚肚滑蛋糙米粥	水果+優酪乳	無刺虱目魚肚 2 片、薑 1 支(或 0.2 公斤) [雞蛋 5 顆、糙米/白米]
13	二	枸杞菇雞湯	水果+果汁	[雞腿、金針菇、鮮香菇、黑蠔菇、枸杞]
14	三	吻仔魚海苔飯糰+ 現煮米豆漿	水果+豆乳	吻仔魚 0.6 公斤、青蔥 1 支(或 0.2 公斤) [海苔、五穀米/白米]
15	四	蝦仁蕃茄湯麵	水果+牛乳	大蕃茄 3 顆、白蝦盒(或 0.8 公斤)、玉米筍 1 盒 (或 0.2 公斤)、鴻喜菇 1 朵(或 0.2 公斤) [蔥]
16	五	香菇玉米瘦肉五穀米粥	水果+優酪乳	[乾香菇、玉米粒、瘦絞肉、洋蔥、五穀米/白米]
19	一	地瓜薑湯	水果+牛乳	地瓜 3 公斤、薑 1 支(或 0.2 公斤) 水果-香蕉 18 條 [蔥]

20	二	蕃茄肉絲雞蛋麵	水果+果汁	大蕃茄 3 顆 [蔥、洋蔥、雞蛋 10 顆、麵]
21	三	馬鈴薯起司蛋捲+ 現煮米豆漿	水果+豆乳	馬鈴薯 3 顆 [黃乳酪 1 條、起司片 1 包、雞蛋 15 顆]
22	四	南瓜胡蘿蔔小米粥	水果+牛乳	南瓜 1 顆、胡蘿蔔 1 條、排骨 0.5 公斤 [小米/白米]
23	五	魚片豆腐湯	水果+優酪乳	鯛魚片 2 片(或 1 包)、大蕃茄 3 顆 [嫩豆腐 2 盒、海帶芽]
26	一	紅豆紫米薏仁湯	水果+牛乳	水果-白葡萄 1 串、紅地球葡萄 1 串 [紅豆、紫米、薏仁]
27	二	塔香鮮蝦意麵	水果+果汁	九層塔 0.1 公斤 [白蝦、意麵]
28	三	水煮蛋花椰菜玉米 筍+現煮米豆漿 /藝文深耕 10:00	水果+豆乳	綠花椰菜 2 朵、玉米筍 1 盒(或 0.2 公斤) [雞蛋 20 顆]
29	四	燒肉粽 DIY	水果+牛乳	[乾香菇、瘦肉絲、糯米飯、粽葉]