



# 臺南市私立卡羅幼兒園115年5月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
5/4	一	白稀飯+肉鬆	清燉蘿蔔軟骨拉麵+青江菜 (拉麵、洋蔥、軟骨、雙色蘿蔔、青江菜)	蘋果	茶葉蛋+麥茶	✓	✓	✓	✓
5/5	二	馬拉糕+豆漿	鳳梨蛋炒飯+小黃瓜+味噌豆腐鮭魚湯 (白飯、鳳梨、洋蔥、雞蛋、三色豆、小黃瓜、鮭魚、豆腐)	香蕉	蒸地瓜+優酪乳	✓	✓	✓	✓
5/6	三	鍋燒雞絲麵	高麗菜水餃+火腿玉米濃湯 (水餃、火腿、玉米、雞蛋、洋蔥)	蓮霧	煉乳銀絲卷+ 決明子茶	✓	✓	✓	✓
5/7	四	蘿蔔糕蔬菜湯	竹筍海鮮粥+A 菜 (白飯、筍絲、花枝、蛤蜊、肉絲、貢丸、芹菜、A 菜)	鳳梨	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
5/8	五	黑糖饅頭+牛奶	什錦炒意麵+皇帝豆大骨湯 (意麵、洋蔥、肉絲、高麗菜、蘿蔔絲、皇帝豆、大骨)	芭樂	洋菜凍	✓	✓	✓	✓
5/11	一	白菜餛飩湯	芥藍豬肉沙茶燴飯+紅蘿蔔炒蛋+芹菜貢丸湯 (白飯、豬肉片、洋蔥、芥藍菜、雞蛋、紅蘿蔔、芹菜、貢丸)	蘋果	小肉包+柚子茶	✓	✓	✓	✓
5/12	二	玉米脆片+牛奶	地瓜粥+三色蛋+菠菜+素香鬆 (白飯、地瓜、雞蛋、皮蛋、鹹蛋、菠菜、素香鬆)	香蕉	古早味蛋糕+ 低糖豆漿	✓	✓	✓	✓
5/13	三	絲瓜雞蛋粥	冬瓜排骨酥麵+空心菜 (關廟麵、菜頭、排骨酥、空心菜)	蓮霧	酸辣湯餃	✓	✓	✓	✓
5/14	四	麵線羹	白醬雞肉燉飯+花椰菜 (白飯、牛奶、雞肉、四季豆、玉米筍、洋蔥、花椰菜)	鳳梨	鮭魚土司+ 鳳梨茶	✓	✓	✓	✓
5/15	五	紅豆包+杏仁茶	什錦米粉湯+滷蛋+大陸妹 (米粉、肉燥、洋蔥、豆芽菜、滷蛋、大陸妹)	芭樂	紅棗銀耳甜湯	✓	✓	✓	✓
5/18	一	翡翠豆腐肉末羹	榨菜餛飩肉絲湯麵 (關廟麵、肉絲、餛飩、小白菜、榨菜)	蘋果	水煮蛋+桑葚汁	✓	✓	✓	✓



# 臺南市私立卡羅幼兒園115年5月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
5/19	二	牛奶饅頭+豆漿	鮭魚蛋炒飯+韭菜炒豆芽菜+皇帝豆湯 (白飯、鮭魚、洋蔥、三色豆、韭菜、豆芽菜、皇帝豆)	香蕉	仙草甜湯	V	V	V	V
5/20	三	米苔目	油豆腐肉燥飯+水蓮+冬瓜枸杞蛤蜊湯 (白飯、肉燥、油豆腐、水蓮、冬瓜、枸杞、蛤蜊)	蓮霧	叉燒包+黑豆茶	V	V	V	V
5/21	四	鮭魚雞蛋粥	古早味滷麵+客家小炒 (油麵、雙色蘿蔔丁、大白菜、扁魚、豆干、肉絲、芹菜)	鳳梨	蛋沙拉丹麥吐司+ 百香果茶	V	V	V	V
5/22	五	芝麻包+牛奶	廣東粥+空心菜+肉鬆 (白米、玉米、皮蛋、鹹蛋、絞肉、油條、空心菜、肉鬆)	芭樂	紅豆薏仁甜湯	V	V	V	V
5/25	一	絲瓜枸杞麵線	白飯+香菇雞肉+炒豆芽菜+蔬菜湯 (白飯、雞肉、香菇、豆芽菜、高麗菜、金針菇、番茄)	蘋果	醬燒小肉包+ 冬瓜麥茶	V	V	V	V
5/26	二	銀絲卷+杏仁茶	土魷魚羹 (油麵、洋蔥、土魷魚條、大白菜、扁魚、筍絲)	香蕉	珍珠牛奶豆花	V	V	V	V
5/27	三	吻仔魚粥	南瓜米粉+油菜+關東煮 (米粉、南瓜、肉絲、洋蔥、油菜、大黃瓜、軟骨)	蓮霧	熱狗捲吐司+ 低糖豆漿	V	V	V	V
5/28	四	白菜豆腐貢丸湯	香菇雞肉炊飯+四季豆+牛蒡湯 (白飯、洋蔥、香菇、雞肉、玉米筍、四季豆、牛蒡)	鳳梨	韭菜鴨肉冬粉	V	V	V	V
5/29	五	芝麻饅頭+牛奶	肉燥飯+肉鬆+滷蛋+小黃瓜+四神湯 (白飯、絞肉、肉鬆、小黃瓜、軟骨、滷蛋、四神)	芭樂	黃金綠豆湯	V	V	V	V

每日餐點水果若有異動，以當日實物為準(食材來源一律使用國產豬)  
親愛的家長您好：請協助留意當天食材是否會引發寶貝過敏並請通知老師協助留意，感謝您的協助