5月餐點表

108學年下學期

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日 期 | 活 力 早 餐 | 午 餐 | 下 午 點 心 |
| 5/4(一) | 蔬菜關廟麵 | 營養糙米飯+蘑菇洋蔥番茄+鐵板豆腐+香炒空心菜  養生牛蒡湯(小番茄) | 茄汁通心麵 |
| 5/5(二) | 鮪魚三明治  牛奶 | 高纖麥片飯+香酥魚條+飄香滷味+蔥爆青江菜  紫菜蛋花湯(小番茄) | 紅豆麥片粥 |
| 5/6(三) | 油豆腐細粉 | 香香芝麻飯+ 瓜仔肉+酥炸花枝丸+薑爆絲瓜  黃瓜貢丸湯(香蕉) | 蔬菜肉燥麵 |
| 5/7(四) | 蘿蔔甜不辣湯 | 三鮮炒意麵+薯條+蝦香高麗菜  筍絲魚羹湯(香蕉) | 小米雞肉粥 |
| 5/8(五) | 葡萄饅頭  豆漿 | 香Q白米飯+飄香肉燥+麻婆豆腐+蔥爆絲瓜  海芽蛋花湯(蘋果) | 小波蘿麵包  枸杞茶 |
| 5/11(一) | 雞絲蛋麵 | 香樁炒飯+香菇蒸蛋+白菜魯  海帶芽味噌湯(哈密瓜) | 蔬菜鹹粥 |
| 5/12(二) | 巧克力三明治  牛奶 | 五穀雜糧飯+蔭瓜蒸魚+泰式冬粉+豆腐燴高麗菜  竹筍雞骨湯(哈密瓜) | 綠豆薏仁湯 |
| 5/13(三) | 八寶麵 | 香香芝麻飯+鹹蛋蒸肉+白菜豆腐羹+蒜爆油菜  翡翠蛋花湯(鳳梨) | 油豆腐麵線 |
| 5/14(四) | 水餃  蔬菜湯 | 金瓜米粉＋三色蛋＋麻油地瓜葉  黃金蜆湯(鳳梨) | 紅豆紫米粥 |
| 5/15(五) | 紅豆饅頭  豆漿 | 小薏仁飯+清蒸鱈魚+洋菇燴大白菜+薑絲爆菠菜  芹香蘿蔔湯(鳳梨) | 小肉包  蔬菜湯 |
| 5/18(一) | 香菇麵線羹 | 小薏仁飯+牛蒡炒豆干+咖哩洋芋+白花椰菜  金菇白菜湯(西瓜) | 桂圓八寶粥 |
| 5/19(二) | 草莓吐司  牛奶 | 香Q白米飯+香酥雞排+麻婆豆腐+扁魚爆大白菜  蘿蔔大骨湯(西瓜) | 絲瓜麵線 |
| 5/20(三) | 什錦麵疙瘩 | 營養糙米飯+宮保雞丁+鹹蛋苦瓜+綠花椰菜  芹香貢丸湯(西瓜) | 糙米吻魚鮮肉粥 |
| 5/21(四) | 皮蛋瘦肉粥 | 三色涼麵+小花枝丸子+小黃瓜絲拌紅蘿蔔絲  白菜蛋花湯(芭樂) | 番茄肉末通心麵 |
| 5/22(五) | 芝麻饅頭  豆漿 | 營養糙米飯+洋蔥雞柳+涼拌粉絲+蠔油青江菜  虱目魚骨湯(芭樂) | 茶葉蛋  蘿蔔湯 |
| 5/25(一) | 當歸枸杞麵線 | 五穀雜糧飯+香菇素肉燥+木耳炒酸菜+番茄燴高麗菜  當歸菇菇湯(香蕉) | 蔬菜鍋燒意麵 |
| 5/26(二) | 玉米沙拉吐司  麥茶 | 小薏仁飯+紅糟肉片+大瓜黑輪+蒜香油菜  蕃茄蔬菜湯(香蕉) | 香菇雞肉粥 |
| 5/27(三) | 粿仔條 | 高纖麥片飯+橙汁魚排+鐵板豆腐+沙茶芥藍  金針雞絲湯(鳳梨) | 關東煮 |
| 5/28(四) | 玉米滑蛋粥 | 台式炒麵+小熱狗+綠花椰菜  羅宋湯(西瓜) | 紅豆薏仁湯 |
| 5/29(五) | 蔥花饅頭  豆漿 | 五穀雜糧飯+紅燒獅子頭+炒菜脯蛋+蝦醬空心菜  酸辣湯(西瓜) | 杯子蛋糕  麥茶 |

備註：★ 每天提供當季水果