

# 桃園市立楊梅幼兒園 115年05月 菜單總表

週別	日期	星期	午餐					下午點心	水果	營養成分(份數)							
			主食	主菜	副菜	青菜	湯			全穀	豆魚	乳品	蔬菜	水果	油脂	熱量	
第1週	5/1	五	五一 休假 休假														
	5/4	一	芝麻飯 白米黑芝麻	咕咕雞丁 雞胸肉S洋蔥Q鳳梨片紅蘿蔔Q	海根肉絲 海根肉絲S紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	薑絲紫菜湯 紫菜大骨S	紅棗桂圆粥 白米糯米桂圓乾紅棗蓮子	水果	4.8	1.1	0.5	1.1	1.1	1.1	2.1	699
	5/5	二	糙米飯 白米糙米	絞肉肉片 小黃瓜Q肉片S紅蘿蔔Q	小瓜肉片 小黃瓜Q肉片S紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	山藥枸杞湯 山藥枸杞大骨S	南瓜凍豆腐羹 南瓜凍豆腐三色丁S	水果	5.0	1.8	0.0	0.9	1.0	2.0	2.0	658
	5/6	三	紫米飯 白米黑糯米	蝦油雞丁 雞胸肉S時蔬Q洋蔥Q	家鄉滷味 白蘿蔔Q素肚	溯源青菜 青菜Q	黃瓜大骨湯 大黃瓜Q大骨S紅蘿蔔Q	養生茶 黃香枸杞紅棗 蛋糕	水果	5.1	1.7	0.0	1.3	1.0	2.0	2.0	667
	5/7	四	燕麥飯 白米燕麥粒	蔥燒豆腐 豆腐紅蘿蔔Q	香炒洋芋絲 洋芋洋芋絲紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	冬瓜湯 冬瓜大骨S	蛋香意麵 意麵時蔬紅蘿蔔Q木耳雞蛋Q	水果	5.3	1.7	0.0	1.1	1.0	1.8	1.8	667
5/8	五	特餐 糙米飯	茄汁肉醬義大利麵 義大利麵絞肉S洋蔥Q三色丁S	香酥雞塊 雞腿S	青菜豆腐湯 豆腐時蔬Q	溯源青菜 青菜Q	薑汁豆花 豆漿豆花粉	水果	5.0	2.0	0.0	0.6	1.0	1.7	1.7	732	
第1週	5/11	一	鮮奶 小鮮奶	京醬肉絲 肉絲時蔬Q	玉米肉耳 玉米粒S絞肉S紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	大滷湯 時蔬Q雞腿Q紅蘿蔔Q木耳大骨S	燕麥瘦肉粥 白米麥片絞肉S時蔬紅蘿蔔Q	水果	5.1	1.3	0.5	1.0	1.0	1.7	1.7	676
	5/12	二	蕎麥飯 白米蕎麥	紅燒魚 魚肉S	焗香桂筍 桂筍絞肉S	溯源青菜 青菜Q	蘿蔔湯 白蘿蔔Q紅蘿蔔Q大骨S	QQ山草蜜 仙草粉圓	水果	5.4	1.3	0.0	1.3	1.0	2.0	731	
	5/13	三	五穀飯 白米五穀米	糖醋雞丁 雞胸肉S洋蔥Q鳳梨片時蔬紅蘿蔔Q	蒜香絲瓜 絲瓜Q	溯源青菜 青菜Q	牛蒡豚骨湯 牛蒡大骨S	海鮮豆腐羹 豆腐魚肉時蔬紅蘿蔔Q大骨S	水果	5.1	2.1	0.0	1.5	1.1	1.8	699	
	5/14	四	特餐 糙米飯	香菇素燥 豆干刈筍Q麵粉香菇	懷香蒸蛋 雞蛋Q	溯源青菜 青菜Q	田園蔬菜湯 時蔬Q木耳紅蘿蔔Q	麻油雞絲麵 雞絲麵時蔬枸杞	水果	5.2	1.6	0.0	0.8	1.0	1.7	641	
	5/15	五	特餐 糙米飯	壽喜燒丼飯 白米肉片S洋蔥Q大白菜紅蘿蔔Q芝麻	翡翠飽菇 時蔬Q香菇Q木耳紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	巧達濃湯 洋芋培根S洋蔥紅蘿蔔Q	黑糖山粉圓 山粉圓Q	水果	5.1	2.0	0.0	0.8	1.0	1.9	707	
第1週	5/18	一	鮮奶 小鮮奶	風味魚條 水餃Q	家常豆腐 豆腐開肉S三色丁S	溯源青菜 青菜Q	木瓜大骨湯 青木瓜Q紅蘿蔔Q大骨S	味噌蘿蔔煮 白蘿蔔油豆腐貢丸	水果	4.6	2.2	0.0	1.3	1.0	2.0	670	
	5/19	二	芝麻飯 白米黑芝麻	洋葱肉片 肉片S洋蔥Q紅蘿蔔Q	開陽涼筍 刈筍Q紅蘿蔔Q蝦米	溯源青菜 青菜Q	冬菜豚骨湯 冬菜時蔬Q大骨S	紅豆薏仁湯 紅豆小薏仁	水果	4.8	1.0	0.5	1.6	1.0	1.9	717	
	5/20	三	糙米飯 白米糙米	家常燒雞 雞胸肉S時蔬Q紅蘿蔔Q	冬瓜餃肉 冬瓜Q絞肉S紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	鮮筍大骨湯 竹筍大骨S	肉羹清湯 肉羹時蔬雞腿Q木耳紅蘿蔔Q香菜	水果	5.0	1.7	0.0	1.7	1.0	2.0	670	
	5/21	四	紅藜飯 白米紅藜麥	香菇燒油腐 油豆腐洋芋Q紅蘿蔔Q香菇	香滷黑豆干 豆干時蔬Q	溯源青菜 青菜Q	蕃茄蛋花湯 番茄Q雞蛋Q	銀耳甜湯 白木耳紅薑枸杞	水果	4.8	1.3	0.0	1.2	1.0	1.8	665	
	5/22	五	特餐 糙米飯	豚骨拉麵 拉麵肉片S玉米粒S時蔬Q酸筍大骨S	白菜滷 大白菜Q木耳雞蛋Q蝦米	溯源青菜 青菜Q	日式佃煮 時蔬海帶紅蘿蔔Q菇	水果	5.2	1.6	0.0	1.2	1.0	2.0	664		
第1週	5/25	一	鮮奶 小鮮奶	豆豉蒸魚 魚肉S豆豉	醬燻十片 豆干洋蔥Q時蔬Q	溯源青菜 青菜Q	馬鈴薯大骨湯 洋芋Q紅蘿蔔Q大骨S	營養吻魚粥 白米糯米吻仔魚雞腿時蔬紅蘿蔔Q	水果	5.3	0.9	0.5	0.8	1.0	1.8	660	
	5/26	二	糙米飯 白米糙米	薑燒雞 雞胸肉S豬血糕S高麗菜Q	碧玉茄瓜 扁扁Q木耳紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	丁香味噌湯 豆腐小魚干	綠豆麥片湯 綠豆麥片	水果	5.2	1.6	0.0	1.2	1.0	1.9	720	
	5/27	三	薏仁飯 白米小薏仁	玉米蒸肉餅 絞肉S玉米粒Q紅蘿蔔Q豆腐	紅蔥炒蛋 雞蛋Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	白菜金菇湯 大白菜Q紅蘿蔔Q大骨S	暖暖開東煮 白蘿蔔時蔬雞腿Q紅蘿蔔Q大骨S	水果	5.3	1.8	0.0	1.4	1.0	1.7	698	
	5/28	四	五穀飯 白米五穀米	醬燒豆包 豆包洋蔥Q紅蘿蔔Q	香拌高麗菜 高麗菜Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	豆芽三絲湯 黃豆芽Q榨菜紅蘿蔔Q	蔬菜豆腐煲 時蔬東豆腐粉條紅蘿蔔Q	水果	5.1	1.6	0.0	1.6	1.0	2.0	667	
	5/29	五	特餐 糙米飯	豬肉丹飯 白米肉片S洋蔥Q木耳雞蛋Q	黃金蝦捲 蝦捲S	溯源青菜 青菜Q	黃瓜大骨湯 大黃瓜Q大骨S紅蘿蔔Q	地西米露 地西谷米	水果	4.8	1.5	0.0	1.2	1.0	2.0	689	

※菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品, (O)表示生產追溯溯QR code, (T)表示產銷履歷菜單皆符合三章一Q申請。  
 ※食材一律使用國產鮮肉品及非基改食材, 未使用輻射汙染食品。  
 ※可能含過敏原: 甲殼, 芒果, 花生, 牛奶, 羊奶, 蛋, 堅果, 芝麻, 含麩質穀物, 大豆, 魚類及其製品, 及使用亞硫酸鹽類等。  
 ※5/21高新分班午點改為中華愛玉, 5/22本園/瑞糖分班午點改為中華愛玉。



若遇不可抗拒之天然災害導致影響產地農產品之收成, 本公司可適度與校方共識調整菜單。  
 ※實際供應菜色依每月提供月菜單為主。  
 確認: