



107.5月份營養菜單

CHOCOLATE INTERNATIONAL NAAIL PRESCHOOL
中心食品營養組 製

week 1

5/1(二) 勞動節

5/2(三) 油豆腐細粉

糖醋雞丁
花生麵輪
海帶芽湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
花生麵輪

芋香西米露

5/3(四) 豆沙包
紅棗茶

紅燒魚丁
蕃茄炒蛋
玉米排骨湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
梅干素肉

肉羹麵線

5/4(五) 菜肉粥

咖哩雞燴飯
新鮮蔬菜
豚骨冬瓜湯
時令水果

素食
素咖哩燴飯

什錦湯餃

week 2

5/7(一) 銀魚粥

洋芋肉絲
菜圃蛋
紫菜魚丸湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
菜圃蛋

肉羹麵

5/8(二) 小菠蘿
牛奶

蠔油雞柳
玉米素丁
薑絲蜆湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
素炒洋芋

蘿蔔糕湯

5/9(三) 米粉湯

紅燒肉丁
巧香豆腐
黃瓜鮮雞湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
蜜汁素肉

桂圓甜粥

5/10(四) 鮮奶饅頭
黑豆漿

蜜汁魚塊
紅絲蒸蛋
大頭菜湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
紅絲蒸蛋

魚丸冬粉

5/11(五) 肉燥河粉

鳳梨雞丁
三絲木耳
貢丸湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
三絲木耳

鮮肉包、麥茶

week 3

5/14(一) 麥片粥

洋蔥雞丁
蔥花煎蛋
柴魚味噌湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
玉米素丁

貢丸麵線

5/15(二) 鮮奶吐司
牛奶

洋芋燒肉
黃瓜魚丸
蕃茄蛋花湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
螞蟻上樹

肉絲麵

5/16(三) 關東煮

海鮮排
豆干肉絲
黃瓜鮮雞湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
沙茶素肉

紅豆湯圓

5/17(四) 奶黃包
豆漿

叻仔魚炒蛋
玉米肉丁
海帶芽湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
玉米素肉

美濃板條

5/18(五) 菜肉粥

揚州炒飯
新鮮蔬菜
冬瓜湯
時令水果

素食
素油飯

台式切仔麵

week 4

5/21(一) 滑蛋粥

香菇雞肉燴飯
新鮮蔬菜
竹筍大骨湯
時令水果

素食
香菇素肉燴飯

肉羹麵線

5/22(二) 火腿吐司
牛奶

洋蔥肉柳
花生麵筋
芹菜魚丸湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
毛豆素肉

義大利麵

5/23(三) 排骨糙米粥

糖醋雞丁
家常豆腐
柴魚味噌湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
紅燒素肉

QQ米苔目

5/24(四) 鮮奶饅頭
米漿

香酥魚塊
歐姆蛋
黃瓜大骨湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
糖醋素肉

香菇肉燥麵

5/25(五) 魚丸冬粉

咖哩豬排飯
海帶麵筋
薑絲蜆湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
素咖哩燴飯

鮮肉包、麥茶

week 5

5/28(一) 山藥薏仁粥

沙茶肉柳
香煎蔥蛋
紫菜湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
蜜汁素肉

魚丸冬粉

5/29(二) 奶油麵包
牛奶

鳳梨雞球
花生麵輪
蕃茄蛋花湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
花生麵輪

蘿蔔糕湯

5/30(三) 黃金小米粥

玉米肉丁
紅燒豆腐
冬瓜湯
新鮮蔬菜
時令水果

素食
紅燒豆腐

綠豆湯

5/31(四) 黑糖饅頭
麥茶

銀魚炒蛋
豆干肉絲
黃瓜排骨
新鮮蔬菜
時令水果

素食
香炒麵腸

什錦河粉

每一餐我們讓孩子快樂吃進
營養、愛、安心美味