

青草湖國小附設幼兒園5月菜單

日期	星期	早點	午餐					午點
			主食	主菜	副菜一	副菜三	湯	
5月1日	一	刈包夾玉米蛋 刈包, 洗選蛋, 玉米粒	芝麻飯	地瓜粉蒸肉 肉角, 地瓜, 蒸肉粉	鮮炒筍絲 脆筍絲, 木耳, 紅蘿蔔	應青	蕃茄豆腐湯 蕃茄, 豆腐	水果+燒賣*2
5月2日	二	肉燥乾飯條 飯條, 綠豆芽, 絞肉, 韭菜	小米飯	薑汁雞丁 帶骨胸丁, 洋蔥, 薑	小魚南瓜 南瓜, 小魚干	應青	大瓜肉片湯 大黃瓜, 肉片	水果+珍珠豆花 盒裝豆花, 珍珠
5月3日	三	海芽豆包粥 乾海芽, 大白菜, 生豆包, 洋蔥	夏威夷炒飯+炒青菜+牛蒡凍腐湯 油片絲, 素火腿, 洋蔥, 鳳梨, 三色丁+應青+牛蒡, 凍豆腐					水果 杯子蛋糕+鮮乳
5月4日	四	慶生蛋糕	糙米飯	香酥雞丁 帶骨胸丁, 甜不辣	鮑菇蒲瓜 蒲瓜, 鮑菇, 紅蘿蔔	應青	高麗肉絲湯 高麗菜, 肉絲	水果+小饅頭*1
5月5日	五	當歸麵線湯 蚵麵線, 肉絲, 香菇, 高麗菜, 當歸	客家炒米粉+香滷雞翅+應青+白玉黑輪湯 乾細米粉, 綠豆芽, 紅蘿蔔, 香菇, 韭菜+生鮮雞翅, 滷包+應青+白蘿蔔, 黑輪					水果 水煎包+鮮乳
5月8日	一	雞絲麵 雞絲麵, 青江菜, 油豆腐, 肉絲	麥片飯	花椰雞丁 帶骨胸丁, 青花菜, 玉米筍	金菇扒黃瓜 大黃瓜, 金針菇, 紅蘿蔔	應青	山藥白菜湯 山藥, 大白菜	水果+蔥抓餅(2人1份)
5月9日	二	玉米濃湯 玉米粒, 洋蔥, 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 洗選蛋, 奶水	紫米飯	麻香魚丁 魚丁, 凍豆腐, 高麗菜, 麻油	塔香海根 海帶根, 紅蘿蔔, 九層塔	應青	青菜蛋花湯 小白菜, 洗選蛋	水果+乾拌水餃*3
5月10日	三	全麥吐司*2+鮮乳	素炸醬拌飯+應青+絲瓜粉絲湯 豆干丁, 洋蔥, 香菇, 三色丁, 甜麵醬+應青+絲瓜, 冬粉, 枸杞					水果 草莓奶酪
5月11日	四	餛飩湯 餛飩*3, 小白菜, 芹菜	糙米飯	青瓜燒肉 肉片, 青木瓜	白菜滷 大白菜, 香菇, 角螺, 蝦米	應青	如意排骨湯 黃豆芽, 排骨	水果+綠豆薏仁湯 綠豆, 薏仁
5月12日	五	母親節活動餐盒						
5月15日	一	肉骨湯米粉 粗米粉, 肉片, 白蘿蔔, 金針菇, 肉骨茶包	芝麻飯	義式燒肉 肉片, 馬鈴薯, 義大利香料	田園玉米 玉米粒, 豆干丁, 紅蘿蔔	應青	蒲瓜片絲湯 蒲瓜, 油片絲	水果+小籠湯包*2
5月16日	二	鮮菇雞湯 帶骨胸丁, 鮑菇, 白蘿蔔, 凍豆腐	糙米飯	蒜香雞丁 帶骨胸丁, 蘭花干, 小黃瓜, 蒜	如意甜條 黃豆芽, 甜不辣, 紅蘿蔔, 韭菜	應青	南瓜豆腐湯 南瓜, 豆腐	水果+小兔包*1
5月17日	三	絲瓜雞蛋粥 絲瓜, 洗選蛋, 秀珍菇	素高麗菜蒸飯+應青+海芽油腐湯 素肚, 高麗菜, 紅蘿蔔, 香菇+應青+乾海芽, 油豆腐					水果 鹹奶油餐包+鮮乳
5月18日	四	肉絲炒麵 黃油麵, 肉絲, 洋蔥, 木耳, 紅蘿蔔	黃豆飯	沙茶豬柳 豬柳, 高麗菜, 紅蘿蔔, 沙茶醬	芹香三絲 海帶絲, 干絲, 芹菜	應青	紫菜花菜湯 白花菜, 紫魚片	水果+紅豆紫米粥 紅豆, 紫米
5月19日	五	蘿蔔糕湯 蘿蔔糕, 青江菜, 生香菇	紹子麵+蔥燒魚排+應青+青瓜魚羹湯 白油麵, 碎干丁, 洋蔥, 蕃茄, 香菇, 不辣豆瓣醬+生鮮魚排, 蔥+應青+青木瓜, 魚羹					水果 菜包+鮮乳
5月22日	一	湯米苔目 米苔目, 肉絲, 小白菜, 香菇	小米飯	奶香南瓜雞 帶骨胸丁, 南瓜, 奶水	洋蔥炒蛋 洗選蛋, 洋蔥	應青	紅粟黃瓜湯 大黃瓜, 紅粟	水果+水煮玉米 1/2玉米結
5月23日	二	日式關東煮 白蘿蔔, 油豆腐, 黑輪, 米血, 柴魚片	五穀飯	蜜汁豬柳 豬柳, 高麗菜, 鮑菇	紅燒冬粉 冬粉, 絞肉, 豆芽菜, 紅蘿蔔	應青	冬瓜大骨湯 冬瓜, 大骨	水果+綠豆銀耳甜湯 綠豆, 白木耳
5月24日	三	香蒸地瓜 冰心地瓜*1	素茄汁螺旋麵+應青+紫菜蛋花湯 螺旋麵, 碎干丁, 三色丁, 洋蔥, 蕃茄, 香菇, 蕃茄醬+應青+紫菜, 洗選蛋					水果 桂圓蛋糕+鮮乳
5月25日	四	蒲瓜鮑菇粥 蒲瓜, 鮑菇, 紅蘿蔔, 肉絲	糙米飯	三杯雞 帶骨胸丁, 洋蔥, 米血, 九層塔	鮮菇小瓜 小黃瓜, 木耳, 玉米筍	應青	豆薯絞肉湯 豆薯, 絞肉	水果+珍珠丸子*2
5月26日	五	鍋貼*3	金黃滑菇燴飯+香滷排骨+應青+洋芋排骨湯 玉米粒, 洋蔥, 紅蘿蔔, 金針菇+豬排, 滷包+馬鈴薯, 排骨					水果 銀絲卷+鮮乳
5月29日	一	香蒸蘿蔔糕*2	燕麥飯	鮮茄雞丁 帶骨胸丁, 蕃茄, 馬鈴薯	醬燒麵腸 麵腸, 洋蔥, 薑絲	應青	冬瓜海帶湯 冬瓜, 海帶結	水果+蘿蔔貢丸湯 貢丸*1, 白蘿蔔, 芹菜
5月30日	二	翠玉蛋花湯餃 水餃*3, 大白菜, 洗選蛋	糙米飯	壽喜燒肉 肉片, 豆腐, 洋蔥	炒雙花 青花菜, 白花菜, 紅蘿蔔	應青	玉米大骨湯 玉米結, 大骨	水果+仙草蜜 仙草凍
5月31日	三	什錦五彩粥 碎干丁, 高麗菜, 三色丁	酸辣湯疙瘩+應青+飄香滷味 麵疙瘩, 豆腐, 洗選蛋, 木耳, 紅蘿蔔, 筍絲+應青+素肚, 白蘿蔔, 海帶結, 滷包					水果 黑糖餐包+鮮乳