

桃園市私立百合精緻托嬰中心 115 年 5 月份 餐點表

週次	星期一 (Monday)		星期二 (Tuesday)		星期三 (Wednesday)		星期四 (Thursday)		星期五 (Friday)				
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容			
第一週	早點	香菇粥		冬粉湯		香菇湯麵		高麗菜粥		香菇板條			
		十穀飯	白米 + 十穀	白米飯	白米	蕎麥	白米 + 蕎麥	小米飯	白米 + 小米	白米飯	白米		
	午餐	紅蘿蔔	木耳	大白菜	高麗菜	玉米	紅蘿蔔	毛豆	香菇	日式咖哩	馬鈴薯		
			紅蘿蔔		香菇/毛豆		玉米		毛豆		毛豆	素雞丁	
		炒蛋	蛋	燴飯	紅蘿蔔	燴冬瓜	冬瓜	炒豆干	豆干	毛豆			
	點心	梅干燴素肉	素肉	豆腐	炒花椰菜	紅蘿蔔	蕃茄炒蛋	蕃茄	蛋	毛豆			
			梅乾菜									花椰菜	蛋
			豆腐									紅蘿蔔	毛豆
	午餐	小白菜		高麗菜		大白菜		大白菜		冬瓜			
		蕃茄蛋花湯	蕃茄	紫菜蛋花湯	紫菜	香菇	白蘿蔔	酸辣湯	筍絲	冬瓜湯	冬瓜		
蛋			紫菜		香菇				嫩豆腐		薑絲		
蘿蔔湯	蘿蔔湯	素丸子	木耳絲										
點心	高麗菜粥/香蕉		紅豆麵包/麥茶/西瓜		綠豆湯/西瓜		雞絲麵/芭樂		素貢丸米粉湯/芭樂				
第二週	早點	素香麵線		小米粥		素肉冬粉湯		素肉燥麵		香菇米苔目			
		白米飯	白米	白米飯	白米	燕麥飯	白米 + 燕麥	小米飯	白米+ 小米	白米飯	白米		
	午餐	油豆腐燴海帶結	油豆腐	素火腿燴大白菜	大白菜	梅干菜炒竹筍	竹筍	紅蘿蔔炒西芹	西芹	什錦燴飯	紅蘿蔔		
			海帶結		香菇		玉米粒		木耳		玉米粒		
		醬汁	玉米粒	毛豆	香菇榨菜	香菇	茄汁	蕃茄	紅蘿蔔		大白菜		
	點心	燒豆包	豆包	炒麵腸	炒麵腸	炒麵腸	榨菜	杏鮑菇	杏鮑菇	木耳	木耳		
			紅蘿蔔				麵腸		麵腸		木耳		
	午餐	莧菜		大白菜		青江菜		青江菜		白蘿蔔			
		紫菜蛋花湯	紫菜	鮮菇	香菇	味噌湯	豆腐	蕃茄	蕃茄	蘿蔔湯	白蘿蔔		
雞蛋			冬瓜		海帶芽		蛋		木耳				
冬瓜湯	薑			蛋花湯		素丸子							
點心	香菇米粉湯/香蕉		奶油餐包/菊花茶/西瓜		綠豆麥片粥/西瓜		素貢丸板條湯/鳳梨		紅豆湯/鳳梨				
第三週	早點	麵線		素貢丸冬粉湯		玉米粥		紅燒烏龍麵		鹹米苔目			
		十穀米飯	白米+十穀米	白米飯	白米	蕎麥飯	蕎麥+白米	燕麥	白米+燕麥	白米飯	白米		
	午餐	紅燒蘿蔔	香菇	玉米燴油豆腐	玉米	香菇炒四季豆	香菇	絲瓜炒金針菇	絲瓜	馬鈴薯燴	馬鈴薯		
			蘿蔔		高麗菜		四季豆		金針菇		紅蘿蔔		
		毛豆	紅蘿蔔					玉米					
	點心	三色豆炒蛋	三色豆	油豆腐	毛豆	高麗菜炒粉絲	冬粉	炒花椰菜	香菇		毛豆		
			蛋		油豆腐		高麗菜		綠花椰				
			木耳				香菇		紅蘿蔔				
	午餐	小白菜		油菜		高麗菜		高麗菜		蘿蔔湯			
		紫菜蛋花湯	紫菜	蛋花湯	蛋	冬瓜湯	冬瓜	玉米蛋花湯	玉米	蘿蔔湯	蘿蔔湯		
蛋			薑		蛋		香菇						
點心	香菇玉米粥/香蕉		蛋糕/牛奶/西瓜		米粉湯/西瓜		板條/鳳梨		綠豆/鳳梨				

桃園市私立百合精緻托嬰中心 115 年 5 月份 餐點表

第四週	早點	素貢丸冬粉湯		米苔目鹹湯		雞蛋麵線		烏龍麵		香菇板條	
	午餐	蕎麥飯	白米+蕎麥	燕麥飯	白米+燕麥	白米飯	白米	小米飯	小米+白米	白米飯	白米
		海帶絲	海帶絲	海帶結	甜椒	玉米炒蛋	蛋/玉米	素雞	素雞	大白菜燴杏鮑菇	大白菜
			豆干片		油豆腐		紅蘿蔔		甜椒		杏鮑菇
			素肉絲		毛豆		毛豆		紅蘿蔔		紅蘿蔔
		蕃茄炒蛋	蕃茄		彩椒	西芹炒山藥	山藥	蘿蔔乾炒豆干	蘿蔔乾		木耳
			蛋				西芹		豆乾丁		豆芽
						紅蘿蔔	毛豆				
	小白菜				空心菜		高麗菜				
	竹筍湯	竹筍	蘑菇玉米濃湯	玉米粒	玉米蘿蔔湯	白蘿蔔	豆腐蕃茄湯	豆腐	素貢丸蛋花湯	素貢丸	
紅蘿蔔		玉米醬		甜玉米		蕃茄		蛋			
		蘑菇									
點心	香菇羹麵/香蕉		雜糧麵包/牛奶/西瓜		椰香奶露/西瓜		香菇板條/鳳梨		桂圓枸杞粥/鳳梨		
第五週	早點	雞蛋麵線		米苔目鹹湯		雞蛋麵線		烏龍麵		香菇板條	
	午餐	蕎麥飯	白米+蕎麥	燕麥飯	白米+燕麥	白米飯	白米飯	小米飯	小米+白米	白米飯	白米
		玉米炒毛豆	毛豆	大白菜燴油豆腐	大白菜	絲瓜炒蛋	絲瓜	豆包炒甜椒	豆包	馬鈴薯燴玉米	馬鈴薯
			玉米		油豆腐		香菇		甜椒		杏鮑菇
		炒豆芽	紅蘿蔔		毛豆	炒花椰菜	蛋	蘿蔔乾炒豆干	木耳		紅蘿蔔
			豆芽				毛豆		蘿蔔乾		木耳
			紅蘿蔔				綠花椰		豆乾丁		毛豆
		香菇			紅蘿蔔		毛豆				
	小白菜				莧菜		大白菜				
	竹筍湯	竹筍	蘑菇玉米濃湯	玉米粒	玉米蘿蔔湯	白蘿蔔	豆腐蕃茄湯	豆腐	素貢丸蛋花湯	素貢丸	
紅蘿蔔		玉米醬		甜玉米		蕃茄		蛋			
		蘑菇									
點心	香菇羹麵/香蕉		雜糧麵包/牛奶/西瓜		椰香奶露/西瓜		香菇板條/鳳梨		桂圓枸杞粥/鳳梨		