

成德附幼 111 年 4 月幼兒餐點表

日期	星期	上午點心	主食	主菜	副菜	青菜.水果	湯	下午點心
1	五	味噌拉麵 <small>拉麵.味噌.豆腐.豬肉片</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	紅糟肉 <small>紅糟肉</small>	鮮燴黃瓜 <small>大黃瓜.花枝羹.木耳.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蚵仔湯 <small>黃金蚵仔.薑</small>	焗燒起司麵包 <small>焗燒起司麵包</small>
4	一	兒童節放假						
5	二	清明節放假						
6	三	天然酵母乳酪麵包 <small>天然酵母乳酪麵包</small>	櫻花蝦炒飯 <small>白米.櫻花蝦.雞蛋.蔥</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	魚丸湯 <small>鱈魚丸.芹菜</small>	藜麥果乾饅頭+低糖豆漿 <small>藜麥果乾饅頭.低糖豆漿</small>
7	四	關東煮 <small>玉米.油豆腐.白蘿蔔.紅蘿蔔.貢丸</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	滷豬腱肉 <small>豬腱肉.蔥.滷包</small>	客家小炒 <small>肉絲.芹菜.豆干.魷魚</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	酸不辣湯 <small>豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋</small>	枸杞茶+小蔥花麵包 <small>枸杞茶.小蔥花麵包</small>
8	五	菜包 <small>菜包</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	醬爆雞丁 <small>雞肉.洋蔥.小黃瓜.甜麵醬</small>	紅燒豆包 <small>豆包.蔥</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	冬瓜薏仁湯 <small>冬瓜.薏仁.大骨</small>	原味玉米脆片+鮮奶 <small>原味玉米脆片.鮮奶</small>
11	一	鮭魚三明治 <small>鮭魚三明治</small>	海鮮炒麵 <small>麵條.高麗菜.蝦仁.花枝.肉絲</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	海芽湯 <small>海芽.大骨</small>	麥茶+起司饅頭 <small>麥茶.起司饅頭</small>
12	二	鹹起司麵包 <small>鹹起司麵包</small>	咖哩飯 <small>白米.紅蘿蔔.馬鈴薯.洋蔥.咖哩塊</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	紫菜蛋花湯 <small>紫菜.雞蛋</small>	銅鑼燒 <small>銅鑼燒</small>
13	三	火鍋湯 <small>玉米.高麗菜.豬肉片.金針菇.蝦餃</small>	有機白米飯 <small>有機白米飯</small>	紅燒獅子頭 <small>獅子頭.大白菜.紅蘿蔔</small>	肉末玉米 <small>雞絞肉.玉米粒.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	鳳梨苦瓜雞湯 <small>雞肉.苦瓜.蔴鳳梨</small>	奶油餐包+鮮奶 <small>奶油餐包.鮮奶</small>
14	四	油豆腐米苔目 <small>米苔目.油豆腐.肉絲.芹菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	蝦捲 <small>蝦捲</small>	麻婆豆腐(不辣) <small>豆腐.絞肉.豆瓣醬</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	酸菜白肉鍋 <small>酸白菜.豬肉片.金針菇.豆皮</small>	地瓜湯+牛奶土司 <small>地瓜.黑糖.牛奶土司</small>
15	五	竹筍粥 <small>白米.竹筍.香菇.肉絲</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	花椒雞腿 <small>雞腿.花椒粒</small>	芹香豆干 <small>豆干.肉絲.芹菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	金針湯 <small>金針.大骨</small>	雜糧葡萄乾麵包 <small>雜糧葡萄乾麵包</small>
18	一	蛋餅 <small>蛋餅</small>	麻油雞燉飯 <small>白米.雞肉.乾香菇.薑.麻油</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	肉羹湯 <small>肉羹.竹筍.木耳.紅蘿蔔.香菜</small>	柚子茶+小布麗麵包 <small>柚子茶.小布麗麵包</small>
19	二	雞絲麵 <small>雞絲麵.小白菜.雞蛋</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	香菇滷冬瓜 <small>香菇.冬瓜</small>	蔥花蛋 <small>雞蛋.蔥</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	味噌豆腐湯 <small>味噌.豆腐.海芽</small>	綠豆湯+起司吐司 <small>綠豆.葡萄吐司</small>
20	三	芋頭米粉湯 <small>米粉.芋頭.肉絲.香菇.芹菜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	蒲燒鯛魚 <small>鯛魚片</small>	雞絲銀芽 <small>雞胸肉絲.豆芽菜.韭菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	養生雞湯 <small>雞肉.白蘿蔔.紅棗.薑</small>	牛奶饅頭+低糖豆漿 <small>牛奶饅頭.低糖豆漿</small>
21	四	麵疙瘩 <small>麵疙瘩.豬肉片.香菇.小白菜.紅蘿蔔.木耳</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	蜜汁芝麻雞 <small>雞肉.腰果.蜂蜜</small>	豆豉鮮蚵豆腐 <small>豆腐.鮮蚵.豆豉</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	竹筍湯 <small>竹筍.大骨</small>	仙草湯+小可頌麵包 <small>仙草.小可頌麵包</small>
22	五	叻仔魚粥 <small>白米.叻仔魚.雞蛋.玉米粒</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	筍絲燒肉 <small>豬肉.筍絲</small>	炒天婦羅 <small>甜不辣.竹筍.芹菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	四神湯 <small>四神.薏仁.大骨</small>	海綿蛋糕 <small>海綿蛋糕</small>
25	一	肉包 <small>肉包</small>	炒板條 <small>板條.肉絲.洋蔥.香菇.高麗菜</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	貢丸湯 <small>香菇貢丸.芹菜</small>	冬瓜茶+黃金羅宋麵包 <small>冬瓜茶.黃金羅宋麵包</small>
26	二	蛤蜊絲瓜麵線 <small>白麵線.蛤蜊.絲瓜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	番茄豆腐 <small>番茄.豆腐</small>	菇耳豆絲 <small>鮑魚菇.木耳.豆皮.竹筍</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	玉米蛋花湯 <small>玉米粒.雞蛋</small>	紅豆紫米牛奶粥 <small>紅豆.紫米.鮮奶</small>
27	三	鮮肉雲吞 <small>雲吞.小白菜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	蔭豆雞丁 <small>雞肉.洋蔥.豆豉</small>	滑蛋蝦仁 <small>蝦仁.雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	山藥湯 <small>山藥.大骨</small>	鹽可頌麵包+鮮奶 <small>鹽可頌麵包.鮮奶</small>
28	四	糙米粥 <small>糙米.豬排.芹菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	香菇肉燥 <small>絞肉.香菇.豆干</small>	白菜冬粉 <small>大白菜.冬粉.絞肉.紅蘿蔔.木耳</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	黃瓜湯 <small>大黃瓜.大骨</small>	花生仁湯+火腿吐司 <small>花生仁.火腿吐司</small>
29	五	鍋燒意麵 <small>意麵.豬肉片.高麗菜.調味糖</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	椒鹽魚塊 <small>鯛魚片</small>	炒桂竹筍 <small>桂竹筍.肉絲.豆瓣醬</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	野菇雞湯 <small>金針菇.鴻喜菇.秀珍菇.雞肉</small>	葡萄捲蛋糕 <small>葡萄捲蛋糕</small>

* 本餐點表以幼兒作息及營養需求做規劃，並可依季節時令與活動需要彈性調整。

* 本園一律使用國產豬、牛肉食材，肉品產地:臺灣。

* 本學期2月、4月、6月的每週二固定為環保蔬食餐，愛地球的同時並兼顧幼兒的蔬果攝取。

