# 成德附幼　113 年 04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 | 一 | 小雞甜包(紅豆)<br>小雞甜包(紅豆) | 炒粄條<br>粄條,肉絲,洋蔥,香菇,高麗菜 | | | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 貢丸湯<br>香菇貢丸,芹菜 | 起司吐司+綠豆仁湯<br>起司吐司+綠豆仁湯 |
| 2 | 二 | 油豆腐細粉<br>油豆腐,冬菜,冬粉,芹菜 | 五穀珍寶飯<br>白米,五穀珍寶 | 香菇滷冬瓜<br>冬瓜,乾香菇,薑 | 菜脯蛋<br>雞蛋,菜脯 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 海芽豆腐湯<br>海芽,豆腐,大骨 | 小蔥花麵包+枸杞茶<br>小蔥花麵包+枸杞 |
| 3 | 三 | 火鍋湯<br>玉米,高麗菜,豬肉片,金針菇,蝦餃 | 有機白米飯<br>白米,有機米 | 回鍋肉<br>五花肉絲,豆干,高麗菜 | 薑絲南瓜<br>南瓜,薑 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 野菇雞湯<br>金針菇,鴻喜菇,秀珍菇,雞肉 | 原味玉米脆片+鮮奶<br>原味玉米脆片+鮮奶 |
| 4 | 四 | 兒　童　節　國　定　假　日 | | | | | | |
| 5 | 五 | 清　明　節　國　定　假　日 | | | | | | |
| 8 | 一 | 奶黃包<br>奶黃包 | 鳳梨蝦仁炒飯<br>白米,鳳梨罐,蝦仁,玉米,雞蛋,洋蔥 | | | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 海芽湯<br>海芽,大骨 | 小鮪魚玉米麵包<br>小鮪魚玉米麵包 |
| 9 | 二 | 古早味蛋糕<br>古早味蛋糕 | 五穀珍寶飯<br>白米,五穀珍寶 | 滷海帶.豆干<br>海帶,豆干,滷包 | 黃瓜鴿蛋<br>大黃瓜,鴿蛋,木耳,紅蘿蔔 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 味噌豆腐湯<br>味噌,豆腐,海芽 | 紅豆紫米牛奶粥<br>紅豆,紫米,鮮奶 |
| 10 | 三 | 野菇雞肉粥<br>白米,雞肉,乾香菇,鴻喜菇,雞蛋 | 有機白米飯<br>白米,有機米 | 豆瓣魚<br>多利魚片,豆瓣醬,板豆腐 | 洋蔥炒蛋<br>洋蔥,雞蛋 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 冬瓜薏仁湯<br>冬瓜,薏仁,大骨 | 小籠湯包+低糖豆漿<br>小籠湯包+低糖豆漿 |
| 11 | 四 | 芋頭米粉湯<br>米粉,芋頭,肉絲,香菇,芹菜 | 五穀珍寶飯<br>白米,五穀珍寶 | 鹹酥雞<br>雞肉塊 | 豆豉鮮蚵豆腐<br>豆腐,鮮蚵,豆豉 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 蓮藕湯<br>蓮藕,大骨 | 奶酥吐司+山粉圓湯<br>奶酥吐司+山粉圓,冬瓜茶磚 |
| 12 | 五 | 鍋燒冬粉<br>冬粉,豬肉片,高麗菜,蟳味棒 | 地瓜飯<br>白米,地瓜 | 筍絲燒肉<br>豬肉,筍絲 | 炒天婦羅<br>甜不辣,竹筍,芹菜 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 養生雞湯<br>雞肉,白蘿蔔,紅棗,薑 | 蔥抓餅<br>蔥抓餅 |
| 15 | 一 | 芝麻包<br>芝麻包 | 什錦炒麵<br>拉麵,肉絲,蔥,鮮香菇,紅蘿蔔,木耳絲,魚板,高麗菜,洋蔥 | | | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 魚丸湯<br>鱈魚丸,芹菜 | 四角起司肉鬆<br>四角起司肉鬆 |
| 16 | 二 | 清粥小菜<br>白米,肉鬆,花生麵筋,脆瓜 | 五穀珍寶飯<br>白米,五穀珍寶 | 番茄豆腐<br>番茄,豆腐 | 酸菜炒麵腸<br>酸菜,麵腸,乾香菇 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 玉米蛋花湯<br>玉米粒,雞蛋 | 葡萄吐司+芋香西米露<br>葡萄吐司+芋香西米露 |
| 17 | 三 | 水煮玉米+麥茶<br>玉米+麥茶 | 有機白米飯<br>白米,有機米 | 蒲燒鯛魚<br>鯛魚片 | 雞絲銀芽<br>雞胸肉絲,豆芽菜,韭菜 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 酸不辣湯<br>豆腐,紅蘿蔔,肉絲,木耳,雞蛋 | 蔥肉餡餅+鮮奶<br>蔥肉餡餅+鮮奶 |
| 18 | 四 | 鮮肉雲吞<br>雲吞,小白菜 | 五穀珍寶飯<br>白米,五穀珍寶 | 蔭豆雞丁<br>雞肉,洋蔥,豆豉 | 滑蛋蝦仁<br>蝦仁,雞蛋 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 山藥湯<br>山藥,大骨 | 奶油餐包+仙草湯<br>奶油餐包+仙草湯 |
| 19 | 五 | 味噌拉麵<br>拉麵,味噌,豆腐,豬肉片 | 地瓜飯<br>白米,地瓜 | 紅糟肉<br>紅糟肉 | 三杯百頁<br>百頁豆腐,九層塔 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 香菇雞湯<br>香菇,雞肉 | 香草三角蛋糕<br>香草三角蛋糕 |
| 22 | 一 | 校　外　教　學 | | | | | | |
| 23 | 二 | 雞絲麵<br>雞絲麵,小白菜,雞蛋 | 五穀珍寶飯<br>白米,五穀珍寶 | 滷油豆腐<br>油豆腐,滷包 | 蒸蛋<br>雞蛋 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 紫菜蛋花湯<br>紫菜,雞蛋 | 八寶粥<br>圓糯米,八寶豆,桂圓肉,黑糖 |
| 24 | 三 | 皮蛋瘦肉粥<br>白米,肉絲,雞蛋,皮蛋 | 有機白米飯<br>白米,有機米 | 香菇肉燥<br>絞肉,香菇,豆干 | 白菜冬粉<br>大白菜,冬粉,絞肉,紅蘿蔔,木耳 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 竹筍湯<br>竹筍,大骨 | 小可頌麵包+低糖豆漿<br>小可頌麵包+低糖豆漿 |
| 25 | 四 | 大滷麵<br>白麵,肉絲,香菇,竹筍絲,雞蛋,木耳 | 五穀珍寶飯<br>白米,五穀珍寶 | 蝦捲<br>蝦捲 | 麻婆豆腐(不辣)<br>豆腐,絞肉,豆瓣醬 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 酸菜白肉鍋<br>酸白菜,豬肉片,金針菇,豆皮 | 海綿蛋糕+地瓜湯<br>海綿蛋糕+地瓜湯 |
| 26 | 五 | 麵疙瘩<br>麵疙瘩,豬肉片,香菇,小白菜,紅蘿蔔,木耳 | 地瓜飯<br>白米,地瓜 | 三杯雞<br>雞肉,杏鮑菇,薑 | 五柳豆包<br>豆包,金針菇,木耳,紅蘿蔔 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 蛤蜊湯<br>蛤蜊,薑絲 | 果醬吐司<br>草莓果醬,葡萄果醬+白吐司 |
| 29 | 一 | 雞蛋牛奶銀絲卷<br>雞蛋牛奶銀絲卷 | 海鮮炒麵<br>麵條,高麗菜,蝦仁,花枝,肉絲 | | | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 金針湯<br>金針,大骨 | 芋頭糕+決明茶<br>芋頭糕+決明茶 |
| 30 | 二 | 關東煮<br>玉米,油豆腐,白蘿蔔,紅蘿蔔,貢丸 | 五穀珍寶飯<br>白米,五穀珍寶 | 魚香素肉絲<br>素肉絲,木耳,甜椒,沙拉筍 | 香芹腰花<br>素腰花,紅蘿蔔,鮮香菇,芹菜 | 青菜.水果<br>時蔬.水果 | 黃瓜湯<br>大黃瓜,大骨 | 糙米核桃吐司+花生仁湯<br>糙米核桃吐司+花生仁湯 |

＊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。
＊學期隔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。
＊依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，本菜單內容含有部分易引起過敏之食物如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、 蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，請斟酌食用。