

112 年 4 月份				餐 點 表							
日期	星期	早 點 心		午 餐 內 容						午 點 心	
				主食	主菜	副菜	時蔬	湯	水果		
4 月 7 日	週五	蔬菜雞絲麵		白米飯	滷翅小腿	白菜滷	時令蔬菜	冬瓜湯	時令水果	紅豆銅鑼燒	低糖豆漿
4 月 10 日	週一	馬拉糕	鮮奶	糙米飯	糖醋甜椒咕咾肉	蛋花絲瓜	時令蔬菜	木須金菇肉絲湯	時令水果	雲吞湯麵	
4 月 11 日	週二	清粥小菜		胚芽米飯	煎豬排	蕃茄燴豆腐	時令蔬菜	玉米濃湯	時令水果	鮮肉包	鮮奶
4 月 12 日	週三	水果裸蛋糕	麥茶	白米飯	蔭鳳梨蒸魚	香菇玉米蒸蛋	時令蔬菜	海帶芽味噌湯	時令水果	綠豆豆花甜湯	
4 月 13 日	週四	芝麻包	鮮奶	糙米飯	蒜香炒白蝦	黃瓜炒豆芽菜	時令蔬菜	枸杞香菇雞湯	時令水果	關東煮	
4 月 14 日	週五	鮮魚香菇蔬麵		胚芽米飯	胡椒鹽炸雞丁	日式彩蔬蒸蛋	時令蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	起司吐司	無糖豆漿
4 月 17 日	週一	豆沙包	鮮奶	糙米飯	甜椒洋蔥炒肉絲	醬燒冬瓜	時令蔬菜	味噌蛋花湯	時令水果	香菇滑蛋肉粥	
4 月 18 日	週二	玉米蛋花瘦肉粥		蛋炒飯	鮭魚	玉米筍炒小黃瓜	時令蔬菜	黃豆芽排骨湯	時令水果	南瓜雜糧小饅頭	決明子茶
4 月 19 日	週三	雙層起司三明治	鮮奶	胚芽米飯	樹子魚爛豆腐	肉末炒豆段	時令蔬菜	薑絲蛤蜊湯	時令水果	地瓜甜湯	
4 月 20 日	週四	叉燒包	燕麥高纖豆漿	白米飯	筍絲燻肉	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	絲瓜蛋花麵線	
4 月 21 日	週五	鮮魚米粉湯		糙米飯	瓜子肉	芹香紅絲筍白筍	時令蔬菜	香菇雞湯	時令水果	克林姆麵包	鮮奶
4 月 24 日	週一	雜糧小饅頭	鮮奶	胚芽米飯	紅燒魚片	鮮菇炒荷蘭豆	時令蔬菜	蕃茄青菜湯	時令水果	翡翠小魚滑蛋粥	
4 月 25 日	週二	鮮魚香菇蔬粥		白米飯	蔥燒豆腐雞	玉米玉子燒	時令蔬菜	南瓜肉片蔬菜湯	時令水果	芋泥包	鮮奶
4 月 26 日	週三	蕃茄蔬菜刀削麵		義大利麵	紅醬絞肉	沙拉馬鈴薯	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果	仙草芋圓甜湯	
4 月 27 日	週四	銀絲卷	紅棗茶	胚芽米飯	清蒸白蝦	醬燒馬鈴薯蘿蔔	時令蔬菜	玉米濃湯	時令水果	雞絲麵	
4 月 28 日	週五	皮蛋蘿蔔瘦肉粥		白米飯	洋蔥燻豬肉片	綜合滷味 海帶/白蘿蔔	時令蔬菜	金針排骨湯	時令水果	草莓吐司	鮮奶

提醒您-此份營養餐點表均以幼兒整日的營養需求所設計，建議保持菜單配置，讓幼兒每日攝取完善的營養唷！