

青潭附幼 108學年度第一學期 6~10週 營養餐點表

週次	日期	星期	上午點心	午餐					下午點心	
				主食	主菜	配菜一	配菜二	湯品		
第六週	3月30日	一	銀絲卷 黑豆奶	白飯	蘿蔔燒肉 蟹肉花椰菜	有機蔬菜	醬瓜雞湯	關東煮	水果	
	3月31日	二	鍋燒意麵	五穀飯	咖哩雞 玉米炒蛋	有機蔬菜	仙草蜜	高麗菜包	水果	
	4月01日	三	水果 鮮奶	什錦湯餃	黑糖小饅頭	有機蔬菜		起司火腿吐司	薏仁糙米漿	
	4月02日	四		清明兒童連假						
	4月03日	五		清明兒童連假						
第七週	4月06日	一	奶皇包 紫米糙米漿	白飯	梅干扣肉 五柳豆包	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	燒賣	水果	
	4月07日	二	蔬菜鮪魚粥	五穀飯	滷雞腿 三丁肉醬	有機蔬菜	銀耳蓮子湯	鹹湯圓	水果	
	4月08日	三	生日蛋糕 鮮奶	香菇肉羹麵	番茄炒蛋	有機蔬菜		鮮奶土司	水果	
	4月09日	四	板條湯麵	燕麥飯	蠔油蒸魚 玉米筍繪雞片	有機蔬菜	香菇雞湯	綠豆地瓜湯	水果	
	4月10日	五	水果 鮮豆漿	胚芽飯	馬鈴薯燉肉 蔥燒豆腐	有機蔬菜	紫菜小魚湯	鹽可頌	優酪乳	
第八週	4月13日	一	花捲 黑豆奶	白飯	醬瓜絞肉 吻仔魚炒蛋	有機蔬菜	三菇鮮湯	高麗菜捲湯	水果	
	4月14日	二	米粉湯	五穀飯	三杯雞 西芹炒貢丸	有機蔬菜	綠豆西米露	鮮肉包	水果	
	4月15日	三	香菇瘦肉粥	白菜什錦燴飯	五香滷味	有機蔬菜	海帶芽豆腐味噌湯	全麥吐司	水果	
	4月16日	四	麵線羹	燕麥飯	炒三鮮 洋蔥豬柳	有機蔬菜	油豆腐蘿蔔湯	紫米養生粥	水果	
	4月17日	五	水果 鮮奶	胚芽飯	茄汁雞 枸杞雙花	有機蔬菜	南瓜番茄排骨湯	全麥葡萄餐包	薏仁糙米漿	
第九週	4月20日	一	馬來糕 鮮豆漿	白飯	紅燒肉 豆皮白菜燒	有機蔬菜	馬鈴薯排骨湯	米苔目鹹湯	水果	
	4月21日	二	擔仔麵	五穀飯	梅醬雞 玉米炒絞肉	有機蔬菜	山粉圓甜湯	乳酪捲	水果	
	4月22日	三	雞蓉玉米粥	大滷麵	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜		鮮奶吐司	水果	
	4月23日	四	雲吞湯	燕麥飯	土魠魚丁 炒百菇	有機蔬菜	絲瓜蝦丸湯	紅豆湯圓	水果	
	4月24日	五	水果 鮮奶	胚芽飯	沙茶肉片 乾煸四季豆	有機蔬菜	羅宋湯	三明治	優酪乳	
第十週	4月27日	一	豆沙包子 黑豆奶	白飯	糖醋肉片 芹菜三絲	有機蔬菜	雞茸金瓜湯	珍珠丸子	水果	
	4月28日	二	蛋汁雞絲麵	五穀飯	醬爆雞柳 蘑菇燒豆腐	有機蔬菜	檸檬愛玉	青菜豆腐湯	水果	
	4月29日	三	皮蛋瘦肉粥	義式蕃茄肉醬麵	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	玉米濃湯	奶酥吐司	水果	
	4月30日	四	什錦細粉	燕麥飯	清蒸鯛魚片 三杯杏鮑菇	有機蔬菜	金針大骨湯	綠豆蓮子湯	水果	
	5月01日	五	水果 鮮奶	胚芽飯	鵪鶉蛋滷肉燥 小黃瓜炒花枝丸	有機蔬菜	番茄豆腐湯	肉鬆麵包	薏仁糙米漿	

※ 本餐點表參考：新北市幼兒教育資源網「幼稚園餐點設計」之內容。※ 本餐點表報請單位主管核準後實施。

※ 本學期餐點表經餐點會議討論結果，將以五週為一週期，採循環菜單制。