

新北市新店區青潭國小附設幼兒園113學年度第二學期 第08至10週餐點檢核表

| 週次   | 日期    | 星期 | 上午點心    | 午餐     |         |         |      |          | 下午點心    | 餐點類別檢核    |           |     |     |
|------|-------|----|---------|--------|---------|---------|------|----------|---------|-----------|-----------|-----|-----|
|      |       |    |         | 主食     | 主菜      | 配菜一     | 配菜二  | 湯品       |         | 全穀根<br>莖類 | 豆魚肉<br>蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 第08週 | 3月31日 | 一  | 蘑菇瘦肉粥   | 白飯     | 糖醋肉片    | 蔥燒豆腐    | 有機蔬菜 | 麻油雞湯     | 湯板條     | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月1日  | 二  | 番茄雞蛋烏龍  | 五穀飯    | 南瓜燉肉    | 糖醋百頁燴香菇 | 有機蔬菜 | 玉米排骨湯    | 青菜豆腐湯   | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月2日  | 三  | 芋香鹹粥    | 燕麥飯    | 炒三鮮     | 玉米炒絞肉   | 有機蔬菜 | 海帶芽豆腐味噌湯 | 蔓越莓貝果   | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月3日  | 四  |         |        |         |         |      |          |         |           |           |     |     |
|      | 4月4日  | 五  |         |        |         |         |      |          |         |           |           |     |     |
| 第09週 | 4月7日  | 一  | 三絲冬粉湯   | 白飯     | 回鍋肉     | 乾煸四季豆   | 有機蔬菜 | 馬鈴薯排骨湯   | 雲吞湯     | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月8日  | 二  | 皮蛋瘦肉粥   | 五穀飯    | 三杯雞     | 玉米洋蔥炒蛋  | 有機蔬菜 | 檸檬愛玉     | 番茄鮪魚蔬烏龍 | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月9日  | 三  | 生日蛋糕 鮮奶 | 白菜什錦燴飯 |         | 滷味      | 有機蔬菜 | 肉骨茶      | 鍋燒雜絲麵   | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月10日 | 四  | 菠菜小魚粥   | 燕麥飯    | 鵝鴨蛋滷肉燥  | 芹菜三絲    | 有機蔬菜 | 蘿蔔玉米湯    | 綠豆薏仁    | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月11日 | 五  | 擔仔麵     | 胚芽飯    | 蒜泥白肉    | 蘑菇燒豆腐   | 有機蔬菜 | 蘑菇蛋花湯    | 全麥土司    | 時令水果      | V         | V   | V   |
| 第10週 | 4月14日 | 一  | 豆沙包 鮮豆漿 | 白飯     | 番茄燉肉    | 紅燒冬腐    | 有機蔬菜 | 羅宋湯      | 榨菜肉絲麵   | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月15日 | 二  | 芋頭米粉湯   | 五穀飯    | 蔥爆雞丁    | 香滷蘿蔔    | 有機蔬菜 | 地瓜西米露    | 味噌拉麵    | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月16日 | 三  | 肉丁雞蛋粥   |        | 義式蕃茄肉醬麵 | 炒百菇     | 有機蔬菜 | 玉米濃湯     | 美味地瓜    | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月17日 | 四  | 蛋汁雞絲麵   | 燕麥飯    | 清蒸鯛魚片   | 毛豆乾丁    | 有機蔬菜 | 海苔湯      | 紅豆湯圓    | 時令水果      | V         | V   | V   |
|      | 4月18日 | 五  | 田園蔬菜粥   | 胚芽飯    | 醬瓜絞肉    | 高麗菜炒蛋   | 有機蔬菜 | 牛蒡排骨湯    | 軟式香蒜    | 時令水果      | V         | V   | V   |

※ 本餐點表設計依據為「幼兒園餐點食物內容及營養基準(109.12.28修訂)」。※ 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。

※「本園一律使用國產豬食材」、「本園未使用輻射污染食品」。

※每日供應餐點總熱量共約700卡。

※餐點內容依季節或活動偶會有適時調整，僅供參考。若幼生有特殊需求，請事先主動告知班級教師。

※餐點內容含有花生、牛奶、蛋、堅果、含麩質之穀物、大豆、魚類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用，請自行留意並事先告知！