

114年 4月 營養餐點表 (每日均附水果)

日期	星期	上午點心	美味午餐 (本園一律使用國產豬肉，請安心食用)	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	蛋豆魚肉類	蔬菜類	水果類
1	二	蛋花麵線	胚芽米飯+ 蔥爆叻仔魚+ 紅燒豆腐+ 鮮炒時蔬+ 玉米排骨湯	蔬菜湯餃	V	V	V	V
2	三	芝麻饅頭+豆漿	什錦炒麵 (肉絲+紅蘿蔔+木耳絲+高麗菜)+ 味噌豆腐湯	紅豆薏仁湯	V	V	V	V
7	一	蔬菜米粉湯	胚芽米飯+ 薑絲魚片+ 芹菜炒腐皮+ 鮮炒時蔬+ 蘿蔔貢丸湯	玉米瘦肉粥	V	V	V	V
8	二	絲瓜米苔目	胚芽米飯+ 打拋豬+ 雙色玉米+ 鮮炒時蔬+ 山藥排骨湯	關東煮	V	V	V	V
9	三	黑糖饅頭+牛奶	日式炒烏龍麵 (肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜)+ 大黃瓜魚羹湯	綠豆燕麥湯	V	V	V	V
10	四	蔬菜瘦肉粥	胚芽米飯+ 馬鈴薯雞丁+豆干滷海帶+ 鮮炒時蔬+ 紫菜蛋花湯	什錦麵疙瘩	V	V	V	V
11	五	擔仔麵	胚芽米飯+ 冬瓜燴豬肉+紅蘿蔔炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 蔬菜玉米湯	雞蛋糕+ 蜂蜜柚子茶	V	V	V	V
14	一	金瓜粉絲湯	胚芽米飯+ 咖哩雞丁+ 螞蟻上樹+ 鮮炒時蔬+ 冬瓜蛤蜊湯	鍋燒意麵	V	V	V	V
15	二	什錦米苔目	胚芽米飯+ 瓜仔肉+ 蔥爆甜不辣+ 鮮炒時蔬+ 山藥排骨湯	香菇瘦肉粥	V	V	V	V
16	三	芋頭包子+牛奶	義大利肉醬麵 (蘑菇醬+洋蔥+豬絞肉+番茄)+ 玉米濃湯	紅豆紫米湯	V	V	V	V
17	四	客家板條	胚芽米飯+ 京醬肉絲+ 小黃瓜燴菜捲+ 鮮炒時蔬+ 紫菜蛋花湯	芋頭米粉湯	V	V	V	V
18	五	雞蛋蔬菜粥	沙茶雞肉燴飯 (雞肉+蝦仁+三色豆+青菜)+ 番茄豆腐湯	綠豆地瓜湯	V	V	V	V
21	一	肉絲麵線	胚芽米飯+ 蔥爆叻仔魚+醬汁豆干丁+ 鮮炒時蔬+ 玉米排骨湯	什錦湯餃	V	V	V	V
22	二	南瓜粥	胚芽米飯+ 香菇肉燥+ 洋蔥炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 蘿蔔貢丸湯	絲瓜米苔目	V	V	V	V
23	三	鮮奶饅頭+牛奶	什錦炒板條 (肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜)+ 大黃瓜魚羹湯	芋頭西米露	V	V	V	V
24	四	什錦冬粉湯	胚芽米飯+ 梅干肉+ 三色玉米+ 鮮炒時蔬+ 金針排骨湯	火腿三明治+ 麥茶	V	V	V	V
25	五	肉絲湯麵	胚芽米飯+ 紅燒雞腿+ 紅燒油豆腐+ 鮮炒時蔬+ 味噌海芽湯	燕麥紅豆湯	V	V	V	V
28	一	蔬菜瘦肉粥	胚芽米飯+ 塔香雞丁+ 玉米炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 竹筍排骨湯	味噌拉麵	V	V	V	V
29	二	絲瓜麵線	胚芽米飯+ 榨菜肉絲+ 芹菜炒腐皮+ 鮮炒時蔬+ 蔬菜玉米湯	蘿蔔糕湯	V	V	V	V
30	三	雞蛋饅頭+豆漿	什錦炒烏龍麵 (肉絲+紅蘿蔔+木耳絲+高麗菜)+ 冬瓜蛤蜊湯	綠豆薏仁湯	V	V	V	V