



| 日期      | 早 點       | 午 餐      |       |        |      | 午 點     | 餐點類別檢核表    |           |           |     |     |
|---------|-----------|----------|-------|--------|------|---------|------------|-----------|-----------|-----|-----|
|         |           | 主食       | 主菜    | 副菜一    | 副菜二  |         | 湯          | 全穀根<br>莖類 | 豆魚肉<br>蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 4/6(四)  | 小黑糖饅頭 豆漿  | 五穀米飯     | 馬鈴薯燉肉 | 家常豆腐   | 季節時蔬 | 羅宋湯     | 豆花綠豆湯      | √         | √         | √   | √   |
| 4/7(五)  | 皮蛋瘦肉粥     | 嫩雞滑蛋烏龍湯麵 |       |        | 季節時蔬 |         | 葡萄乾吐司 決明子茶 | √         | √         | √   | √   |
| 4/10(一) | 玉米脆片 牛奶   | 綜合蔬菜咖哩飯  |       |        | 季節時蔬 | 紫菜味噌蛋花湯 | 南瓜粥        | √         | √         | √   | √   |
| 4/11(二) | 鮮肉包 米漿    | 香 Q 白米飯  | 蔥爆豬肉片 | 金針菇炒木耳 | 季節時蔬 | 四神排骨湯   | 慶生會 蛋糕 冬瓜茶 | √         | √         | √   | √   |
| 4/12(三) | 鹹粥        | 胚芽米飯     | 豆腐蒸魚  | 大黃瓜炒肉  | 季節時蔬 | 高麗菜雞肉湯  | 綜合包 米漿     | √         | √         | √   | √   |
| 4/13(四) | 紅豆包 決明子茶  | 五穀米飯     | 番茄燒肉  | 豆皮炒蒲瓜  | 季節時蔬 | 番茄雞湯    | 桂圓紫米粥      | √         | √         | √   | √   |
| 4/14(五) | 雞絲麵       | 酸辣湯餃     |       |        | 季節時蔬 |         | 椰子吐司 麥茶    | √         | √         | √   | √   |
| 4/17(一) | 香蕉玉米脆片 牛奶 | 香腸炒飯     |       |        | 季節時蔬 | 海帶芽蛋花湯  | 香菇雞肉粥      | √         | √         | √   | √   |
| 4/18(二) | 地瓜包 決明子茶  | 香 Q 白米飯  | 綜合蔬菜滷 | 番茄炒蛋   | 季節時蔬 | 蘿蔔玉米湯   | 紅豆西米露      | √         | √         | √   | √   |
| 4/19(三) | 蛤蜊冬粉      | 胚芽米飯     | 豆腐蒸肉餅 | 西芹豆干絲  | 季節時蔬 | 冬瓜排骨湯   | 叉燒包 豆漿     | √         | √         | √   | √   |
| 4/20(四) | 小草莓饅頭 牛奶  | 五穀米飯     | 杏包菇炒肉 | 絲瓜花椰炒  | 季節時蔬 | 枸杞雞湯    | 香鬆飯糰 紫菜蛋花湯 | √         | √         | √   | √   |
| 4/21(五) | 高麗菜鹹粥     | 海鮮燴飯     |       |        | 季節時蔬 | 魚丸湯     | 藍莓吐司 冬瓜茶   | √         | √         | √   | √   |
| 4/24(一) | 玉米脆片 牛奶   | 白醬豬肉義大利麵 |       |        | 季節時蔬 | 玉米濃湯    | 紅豆吐司 決明子茶  | √         | √         | √   | √   |
| 4/25(二) | 奶皇包 麥茶    | 香 Q 白米飯  | 洋芋燉雞肉 | 滑蛋菇菇   | 季節時蔬 | 雙色蘿蔔排骨湯 | 紫米紅豆粥      | √         | √         | √   | √   |
| 4/26(三) | 粿條湯       | 胚芽米飯     | 大白菜肉羹 | 紅蘿蔔炒蛋  | 季節時蔬 | 冬瓜蛤蜊湯   | 小鮮奶饅頭 米漿   | √         | √         | √   | √   |
| 4/27(四) | 白菜鮮蝦粥     | 五穀米飯     | 玉米筍炒肉 | 絲瓜金針菇  | 季節時蔬 | 山藥排骨湯   | 蔓越莓吐司 麥茶   | √         | √         | √   | √   |
| 4/28(五) | 蘿蔔絲湯麵     | 綜合滷肉飯    |       |        | 季節時蔬 | 番茄金針湯   | 綜合包 小米粥    | √         | √         | √   | √   |

水果

※本園全面採用國產豬並已取得合格證明，請家長們放心

※本園未使用輻射污染食品

※本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，由豐得國際實業供應商採買

※餐點規劃參照「幼兒園餐點食物內容及營養基準及食譜範例」

