

# 新中華文藻幼兒園 幼兒餐點表【111年4月】

第一週		熱量(kcal)		熱量(kcal)		熱量(kcal)		熱量(kcal)	4/1(五)	熱量(kcal)
早餐									銀絲捲 牛奶	128
午餐									(營養糙米飯) 肉茸燒洋芋 銀芽三絲 季節時蔬 健康花菜湯 四季水果	429
點心									雞蓉玉米粥	144
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
第二週	4/4(一)	熱量(kcal)	4/5(二)	熱量(kcal)	4/6(三)	熱量(kcal)	4/7(四)	熱量(kcal)	4/8(五)	熱量(kcal)
早餐					蔬菜麵線	127	起士三明治 牛奶	147	蘿蔔糕湯	108
午餐	兒童.清明假期		兒童.清明假期		(營養糙米飯) 番茄毛豆燴豆腐 金瓜米粉 季節時蔬 三絲湯 四季水果	410	(什錦肉羹燴飯) 四季水果	457	(養生紫米飯) 肉末滷干丁 鮮蔬甜條 季節時蔬 冬菜肉絲湯 四季水果	462
點心					綠豆薏仁湯	103	美味關東煮	183	銀魚玉米粥	140
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
第三週	4/11(一)	熱量(kcal)	4/12(二)	熱量(kcal)	4/13(三)	熱量(kcal)	4/14(四)	熱量(kcal)	4/15(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	125	芝麻拌麵	126	芋頭小饅頭 牛奶	136	鮭魚土司 牛奶	138	小餐包 牛奶	97
午餐	(營養糙米飯) 什錦油豆腐 塔香海芽 季節時蔬 鮮採菇菇湯 四季水果	399	(青蔬銀魚炒飯) 綜合蔬菜湯 四季水果	390	(養生紫米飯) 白玉炒肉絲 爆三香 季節時蔬 金黃玉米湯 四季水果	422	(香Q白米飯) 酥炸柳葉魚 麻婆豆腐 季節時蔬 豆薯雞骨湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 瓜仔肉 紅蔘炒洋蔥 季節時蔬 當歸蘿蔔雞湯 四季水果	461
點心	紅豆湯圓	162	鮮蔬粿仔條	143	魚丸米粉湯	152	雞蓉玉米粥	144	什錦鮮蔬麵	123
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
第四週	4/18(一)	熱量(kcal)	4/19(二)	熱量(kcal)	4/20(三)	熱量(kcal)	4/21(四)	熱量(kcal)	4/22(五)	熱量(kcal)
早餐	蔬菜麵線	127	草莓土司 牛奶	117	起士三明治 牛奶	147	銀絲捲 牛奶	128	黑糖小饅頭 牛奶	139
午餐	(香Q白米飯) 小黃瓜炒麵腸 滷三寶 季節時蔬 洋芋玉米蛋花湯 四季水果	433	(營養糙米飯) 銀魚炒豆干 雞蛋豆腐煲 季節時蔬 金針雞湯 四季水果	436	(咖哩豬肉飯) 番茄白菜湯 四季水果	428	(養生紫米飯) 茄汁鯖魚豆腐燒 台式小炒 季節時蔬 木須肉絲湯 四季水果	450	(營養糙米飯) 花瓜雞丁 什錦冬粉 季節時蔬 黃瓜雞湯 四季水果	455
點心	甘草綠豆湯	100	鍋燒烏龍麵	167	檸檬愛玉	103	什錦鮮蔬麵	123	廣東粥	176
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類
第五週	4/25(一)	熱量(kcal)	4/26(二)	熱量(kcal)	4/27(三)	熱量(kcal)	4/28(四)	熱量(kcal)	4/29(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	125	鮭魚土司 牛奶	138	小餐包 牛奶	97	鮮奶小饅頭 牛奶	125	草莓土司 牛奶	117
午餐	(營養糙米飯) 蘿蔔滷豆輪 青椒炒豆干 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果	439	(養生紫米飯) 蔥爆豬柳 鮮菇燴炒 季節時蔬 玉米清蔬雞骨湯 四季水果	438	(香Q白米飯) 芋香燴肉末 什錦花椰 季節時蔬 清燉冬瓜湯 四季水果	451	(日式親子丼飯) 味噌豆腐湯 四季水果	436	(營養糙米飯) 冬菜雞 合菜蛋絲 季節時蔬 雙色蘿蔔湯 四季水果	452
點心	仙草蜜	107	美味關東煮	183	魚丸米粉湯	152	銀魚玉米粥	140	紅豆地瓜	151
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類

※食材選用優質健康的國產生鮮豬肉及雞肉

※水果時蔬會因季節性或連續假期做些微調整,每天餐點拍照公告於本園官網,請家長上網了解