

新中華文藻幼兒園

【115年4月餐點表】

第一週					4/1(三)	熱量(kcal)	4/2(四)	熱量(kcal)	4/3(五)	熱量(kcal)
早餐					蘿蔔糕湯	108	沙拉蛋吐司 牛奶	145		
午餐					(番茄肉燥拌麵) 玉米蛋花湯 四季水果	461	(香Q白米飯) 花椰玉米筍炒雞丁 金沙豆腐 季節時蔬 黃瓜雞湯 四季水果	442	兒童節&清明節 連續假期	
點心					鮮蔬粿仔條	143	魚丸米粉湯	152		
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類
第二週	4/6(一)	熱量(kcal)	4/7(二)	熱量(kcal)	4/8(三)	熱量(kcal)	4/9(四)	熱量(kcal)	4/10(五)	熱量(kcal)
早餐			蔬菜麵線	127	黑糖饅頭 牛奶	125	銀絲捲 牛奶	128	草莓土司 牛奶	117
午餐	兒童節&清明節 連續假期		(營養糙米飯) 蔥爆豬柳 番茄炒蛋 季節時蔬 蘿蔔雞湯 四季水果	446	(香Q白米飯) 蒜炒吻仔魚 醬香豆干片 季節時蔬 青蔬玉米雞骨湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 瓜仔肉 鮮蔬甜條 季節時蔬 榨菜肉絲湯 四季水果	452	(咖哩雞肉飯) 海芽蛋花湯 四季水果	425
點心			擔仔麵	145	雞蓉玉米粥	144	美味關東煮	163	鍋燒烏龍麵	167
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類
第三週	4/13(一)	熱量(kcal)	4/14(二)	熱量(kcal)	4/15(三)	熱量(kcal)	4/16(四)	熱量(kcal)	4/17(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	125	鮭魚三明治 牛奶	147	芝麻拌麵	126	芋頭饅頭 牛奶	119	沙拉蛋吐司 牛奶	145
午餐	(營養糙米飯) 蘿蔔滷豆輪 什錦南瓜 季節時蔬 番茄金針湯 四季水果	435	(香Q白米飯) 冬瓜燉肉 鮮菇百燴 季節時蔬 蔬菜蛋花湯 四季水果	439	(日式親子丼飯) 味噌豆腐湯 四季水果	436	(營養糙米飯) 麻婆豆腐 銀芽三絲 季節時蔬 田野蔬菜湯 四季水果	428	(香Q白米飯) 芋丁滷肉末 雙色炒蛋 季節時蔬 木耳肉絲湯 四季水果	445
點心	芋頭米粉湯	131	銀魚玉米粥	140	鮮蔬粿仔條	143	擔仔麵	145	蔬菜湯麵	132
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類
第四週	4/20(一)	熱量(kcal)	4/21(二)	熱量(kcal)	4/22(三)	熱量(kcal)	4/23(四)	熱量(kcal)	4/24(五)	熱量(kcal)
早餐	牛奶饅頭 牛奶	119	起士三明治 牛奶	142	蔬菜水餃湯	125	滑蛋麵線	125	蘿蔔糕湯	108
午餐	(香Q白米飯) 榨菜炒麵腸 洋葱炒蛋 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果	431	(什錦炒飯) 高麗菜腐皮湯 四季水果	426	(香Q白米飯) 雙色燉肉 塔香茄子 季節時蔬 冬瓜雞湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 冬菜雞 毛豆燴三色 季節時蔬 牛蒡雞湯 四季水果	451	(香Q白米飯) 銀魚炒豆干 小瓜燴炒 季節時蔬 金針雞湯 四季水果	443
點心	南瓜蔬菜粥	135	肉絲什錦麵	152	美味關東煮	163	鍋燒烏龍麵	167	廣東粥	176
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類
第五週	4/27(一)	熱量(kcal)	4/28(二)	熱量(kcal)	4/29(三)	熱量(kcal)	4/30(四)	熱量(kcal)		熱量(kcal)
早餐	蔬菜麵線	127	鮭魚三明治 牛奶	147	銀絲捲 牛奶	128	草莓土司 牛奶	117		
午餐	(營養糙米飯) 涼拌豆腐 塔香海芽 季節時蔬 芹香芋湯 四季水果	429	(香Q白米飯) 瓜仔肉茸 南瓜米粉 季節時蔬 三絲湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 茄汁雞丁 什錦燴黃瓜 季節時蔬 豆薯蛋花湯 四季水果	447	(什錦肉羹燴飯) 四季水果	457		
點心	蔬菜湯麵	132	魚丸米粉湯	152	大滷麵	131	芋頭香菇瘦肉粥	148		
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類

※本園供應的雞蛋皆為國產雞蛋，蛋品來源：嘉豪畜牧場

※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

水果時蔬會因季節性或連續假期做些微調整
食採選用優質健康的國產生鮮豬肉及雞肉