

新中華文藻幼兒園易寶貝分班 幼兒餐點表【112年04月】

第一週	4/3(一)	熱量(kcal)	4/4(二)	熱量(kcal)	4/5(三)	熱量(kcal)	4/6(四)	熱量(kcal)	4/7(五)	熱量(kcal)
早餐							蔬菜麵線	127	鮪魚土司 牛奶	147
午餐	清明連假		清明連假		清明連假		(什錦肉羹燴飯) 四季水果	457	(營養糙米飯) 肉末滷豆丁 鮮蔬甜條 季節時蔬 健康花椰湯 四季水果	433
點心							魚丸米粉湯	152	叻仔魚粥	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
第二週	4/10(一)	熱量(kcal)	4/11(二)	熱量(kcal)	4/12(三)	熱量(kcal)	4/13(四)	熱量(kcal)	4/14(五)	熱量(kcal)
早餐	草莓土司 牛奶	117	芝麻拌麵	126	蘿蔔糕湯	108	黑糖小饅頭 牛奶	125	奶油小餐包 牛奶	97
午餐	(營養糙米飯) 蘿蔔滷豆輪 彩絲銀芽 季節時蔬 腐皮高麗菜湯 四季水果	425	(什錦炒飯) 味噌豆腐湯 四季水果	426	(香Q白米飯) 白玉炒肉絲 小瓜燴炒 季節時蔬 鮮筍珍菇湯 四季水果	449	(養生紫米飯) 銀魚炒豆干 玉米燒洋芋 季節時蔬 黃瓜雞湯 四季水果	451	(營養糙米飯) 鮮蔬雞丁 塔香海芽 季節時蔬 榨菜肉絲湯 四季水果	453
點心	綠豆薏仁湯	113	鮮蔬粿仔條	143	銀耳紅棗湯	93	雞蓉玉米粥	144	甜薯紅豆湯	162
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	4/17(一)	熱量(kcal)	4/18(二)	熱量(kcal)	4/19(三)	熱量(kcal)	4/20(四)	熱量(kcal)	4/21(五)	熱量(kcal)
早餐	銀絲捲 牛奶	128	鮪魚土司 牛奶	147	芋頭小饅頭 牛奶	136	沙拉蛋吐司 牛奶	145	草莓土司 牛奶	117
午餐	(營養糙米飯) 爆三香 番茄炒蛋 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果	426	(養生紫米飯) 馬鈴薯燉肉 洋蔥炒紅蔘 季節時蔬 玉米清蔬雞湯 四季水果	441	(香Q白米飯) 青椒玉筍炒雞丁 麻婆豆腐 季節時蔬 蘿蔔雞湯 四季水果	458	(咖哩雞肉飯) 紫菜蛋花湯 四季水果	425	(營養糙米飯) 香Q滷肉 芹香豆皮 季節時蔬 菇菇雞湯 四季水果	450
點心	芋頭米粉湯	156	肉絲什錦麵	152	廣東粥	176	鍋燒烏龍麵	167	綠豆地瓜湯	113
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	4/24(一)	熱量(kcal)	4/25(二)	熱量(kcal)	4/26(三)	熱量(kcal)	4/27(四)	熱量(kcal)	4/28(五)	熱量(kcal)
早餐	鮮奶小饅頭 牛奶	119	蘿蔔糕 蛋花湯	113	起士三明治 牛奶	147	奶油小餐包 牛奶	97	清粥小菜	102
午餐	(營養糙米飯) 酸菜炒麵腸 塔香茄子 季節時蔬 三絲湯 四季水果	438	(香Q白米飯) 瓜子雞 西芹燴炒 季節時蔬 木耳肉絲湯 四季水果	447	肉燥鴿蛋飯 綜合蔬菜湯 四季水果	415	(養生紫米飯) 茄汁鯖魚豆腐燒 什錦炒肉羹 季節時蔬 南瓜雞湯 四季水果	442	(營養糙米飯) 鮮蔬肉絲 什錦油豆腐 季節時蔬 牛蒡雞湯 四季水果	443
點心	檸檬愛玉	103	叻仔魚粥	140	美味關東煮	163	紅豆湯圓	151	肉燥擔仔麵	145
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