

財團法人耕莘健康管理專科學校附設新北市私立實驗幼兒園 108 學年度第學期幼兒餐點表 4 月

| | | 一 | 二 | 三 4/1 | 四 | 五 |
|-----|-----|-----------------------------|--------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 第一週 | 早點心 | | | 火腿三明治 牛奶 | | |
| | 午 餐 | | | 炒烏龍麵/花枝丸 炒青菜/蕃茄豆腐湯 | 兒童節放假 | 清明節放假 |
| | 午點心 | | | 關東煮 | | |
| | | 一 4/6 | 二 4/7 | 三 4/8 | 四 4/9 | 五 4/10 |
| 第二週 | 早點心 | 蔬菜瘦肉粥 | 擔仔麵 | 起司三明治 牛奶 | 肉燥冬粉湯 | 馬來糕 豆漿 |
| | 午 餐 | 芝麻照燒魚/蔥花煎蛋 炒青菜/冬瓜蛤蠣湯 | 南瓜燉肉/滷豆腐 炒青菜/榨菜肉絲湯 | 肉羹飯/烤甜不辣 炒青菜/蘿蔔貢丸湯 | 醬料雞排/豆干炒肉絲 炒青菜/蔬菜濃湯 | 野餐日/馬鈴薯燒肉/ 炒青菜/味噌蛋湯 |
| | 午點心 | 生日蛋糕 麥茶 | 鮭魚沙拉堡 米漿 | 味噌烏龍麵 | 馬鈴薯焗烤 麥茶 | 餛飩麵 |
| | | 一 4/13 | 二 4/14 | 三 4/15 | 四 4/16 | 五 4/17 |
| 第三週 | 早點心 | 小魚粥 | 肉羹麵 | 全麥三明治/牛奶 | 貢丸米粉湯 | 牛奶饅頭 豆漿 |
| | 午 餐 | 糖醋魚/玉米炒蛋 炒青菜/山藥排骨湯 | 瓜仔肉/糖醋豆腐 炒青菜/紫菜蛋花湯 | 肉醬義大利麵/烤雞翅 炒青菜/牛蒡排骨湯 | 蜜汁雞排/滷豆干 炒青菜/黃瓜肉片湯 | 素咖哩/大黃瓜炒貢丸 炒青菜/蘿蔔排骨湯 |
| | 午點心 | 肉絲蔬菜麵 | 熱狗沙拉堡 米漿 | 散壽司 | 焗烤吐司 麥茶 | 紅豆地瓜湯 |
| | | 一 4/20 | 二 4/21 | 三 4/22 | 四 4/23 | 五 4/24 |
| 第四週 | 早點心 | 雞茸玉米粥 | 蔬菜麵 | 鮭魚三明治 牛奶 | 香芹米粉湯 | 銀絲卷 豆漿 |
| | 午 餐 | 紅燒魚/蕃茄炒蛋 炒青菜/黃瓜貢丸湯 | 蜜汁豬排/脆皮豆腐 炒青菜/雙色蘿蔔湯 | 什錦炒麵/紅燒茄子 炒青菜/味噌豆腐湯 | 香料烤雞排/醬爆豆干 炒青菜/玉米段排骨湯 | 滑蛋豬肉燴飯/彩椒三絲 炒青菜/榨菜鮮菇湯 |
| | 午點心 | 雞絲麵 | 焗烤漢堡 米漿 | 南瓜煎餅 | 烤地瓜 麥茶 | 綠豆湯 |
| | | 一 4/27 | 二 4/28 | 三 4/29 | 四 4/30 | 五 |
| 第五週 | 早點心 | 地瓜粥 | 什錦麵 | 果醬三明治 牛奶 | 魚丸冬粉湯 | |
| | 午 餐 | 蔥燒魚排/洋蔥炒 蛋 炒青菜/馬鈴薯排骨湯 | 壽喜燒豬肉/照燒嫩豆腐 炒青菜/山藥枸杞湯 | 肉絲玉米炒飯/絲瓜燴金 針菇 炒青菜/香菇雞湯 | 糖醋雞排/紅燒豆干 炒青菜/黃瓜排骨湯 | |
| | 午點心 | 蘿蔔糕 麥茶 | 火腿漢堡 米漿 | 貢丸麵 | 香蒜吐司 麥茶 | |

廚工: 陳意忻

營養師: 賴明宏

園長: 傅麗珍

【註】*餐點提供時間:上午點心 9:00-9:30,午餐 11:30-12:30,下午點心 15:00-15:30 *餐點會隨課程及時令需要進行調整。每天午餐提供當令新鮮水果

*菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核。*食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食(如: 不加未煮熟之蔥花) / 口味輕淡(如: 低糖低鹽、少刺激物等)。*每月第一個星期五為全國野餐日, 當月菜單會公告於幼兒園公佈欄, 請家長自行參閱。