

115 年 4 月



臺南市東山區青山國小 附設幼兒園每月菜單



星期一

星期二

星期三

星期四

星期五

		1 【早】蒸玉米+奇異果+決明子茶 (玉米,奇異果,決明子茶) 【午】關東煮 (玉米,紅蘿蔔,香菇,白蘿蔔,板豆腐)	2 【早】法式吐司+鮮奶 (吐司,雞蛋,鮮奶) 【午】鍋貼+決明子茶 (鍋貼,決明子茶)	放假
6 【早】蔬菜蛋餅+豆漿 (蛋餅皮,蛋,高麗菜,豆漿) 【午】滑蛋麵線+奇異果 (麵線,蛋,奇異果)	7 【早】玉米蛋漢堡+米漿+蘋果 (漢堡,玉米,蛋,小黃瓜,米漿,蘋果) 【午】豆漿豆花 (低糖豆漿,豆花)	8 【早】毛豆蒸蛋+鮮奶 (毛豆仁,蛋,鮮奶) 【午】鮭魚玉米飯糰+麥茶+蘋果 (白米,鮭魚,玉米,麥茶,蘋果)	9 【早】水煮蛋+海帶芽豆腐湯 (蛋,嫩豆腐,海帶芽) 【午】雞蓉玉米粥+香蕉 (雞胸肉,玉米粒,高麗菜,白米,香蕉)	10 【早】米糕+芭樂 (糯米糕,蛋,肉片,芭樂) 【午】黑糖饅頭+鮮奶 (黑糖饅頭,鮮奶)
13 【早】蔥抓餅+豆漿 (蔥抓餅皮,蛋,豆漿) 【午】豆腐蒸蛋+蘋果 (嫩豆腐,蛋,蘋果)	14 【早】鐵板蘑菇麵+麥茶+蘋果 (麵,蘑菇醬,麥茶,蘋果) 【午】紅豆薏仁湯 (紅豆,薏仁,糖)	15 【早】鮭魚蛋+鮮奶+蘋果 (鮭魚,蛋,蘋果,鮮奶) 【午】蔬菜煎餅+麥茶 (中筋麵粉,蛋,高麗菜,麥茶)	16 【早】水餃+豆腐味噌湯 (水餃,味噌,嫩豆腐,海帶芽) 【午】南瓜濃湯+梨子 (南瓜,馬鈴薯,洋蔥,梨子)	17 【早】碗粿+葡萄 (粿,蛋,肉片,葡萄) 【午】肉包+鮮奶 (肉包,鮮奶)
20 【早】鮭魚蛋吐司+鮮奶 (吐司,蛋,小黃瓜,鮭魚,鮮奶) 【午】冬粉蛋花湯+香蕉 (冬粉,蛋,蔥,香蕉)	21 【早】起司蛋漢堡+米漿+蘋果 (漢堡,起司,蛋,小黃瓜,米漿,蘋果) 【午】仙草蜜 (仙草凍,糖)	22 【早】玉米炒蛋+鮮奶+奇異果 (玉米,蛋,奇異果,鮮奶) 【午】五穀飯糰+麥茶+芭樂 (五穀米,白米,芭樂)	23 【早】海帶芽蒸蛋+豆腐味噌湯 (海帶芽,蛋,豆腐,味噌) 【午】蔬菜粥+葡萄 (米,花椰菜,高麗菜,葡萄)	24 【早】米糕+芭樂 (糯米糕,蛋,肉片,芭樂) 【午】生日蛋糕+鮮奶 (蛋糕,鮮奶)
27 【早】蔬菜蛋餅+豆漿 (蛋餅皮,蛋,高麗菜,豆漿) 【午】鮮奶吐司+蘋果+鮮奶 (鮮奶吐司,蘋果,鮮奶)	28 【早】鍋燒雞絲麵 (雞絲麵,高麗菜,蛋) 【午】綠豆地瓜湯+葡萄 (綠豆,地瓜,糖,葡萄)	29 【早】蒸地瓜+鮮奶 (地瓜,鮮奶) 【午】炒烏龍麵+芭樂 (烏龍麵,肉絲,洋蔥,紅蘿蔔,高麗菜,芭樂)	30 【早】香煎豆腐+優酪乳+梨子 (豆腐,梨子,優酪乳) 【午】蘿蔔排骨湯 (白蘿蔔,排骨,香菜)	

☆本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。

☆水果、食材若遇天然災害或時節及市場缺貨可因應調整更改!

☆本菜單可能含花生、牛奶、蛋、芝麻、大豆、魚類及其製品有過敏者請自行斟酌並告知老師!

☆每日餐點均含全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果等四大類。

☆午餐由東原國中中央廚房供餐，餐點表張貼於幼兒園布告欄。

注意事項