



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 112 學年度第 2 學期 4 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
4/1	一	蔬菜蛋餅 綠豆汁	白米飯、蕃茄燒雞、香菇滷油腐、油菜炒雪白菇、大白菜排骨湯	香蕉	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
4/2	二	春捲 低糖麥茶	胚芽米飯、薑汁燒肉、芹菜炒雙鮮、有機尼龍白菜、金針菇海芽味噌湯	奇異果	蘑菇濃湯	✓	✓	✓	✓
4/3	三	杯子蛋糕	大亨堡麵包、照燒雞腿肉、德式香腸、梅子薯條、玉米濃湯、保久乳	香蕉	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
4/8	一	香菇肉羹麵	白米飯、鳳梨雞丁、小黃瓜炒豆包、炒高麗菜、大黃瓜排骨湯	蘋果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
4/9	二	小米蛋花粥	糙米白飯、糖醋魚丁、九層塔菜脯炒蛋、炒有機味美菜、冬瓜魚丸湯	香蕉	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
4/10	三	蘿蔔糕 低糖麥茶	炒什錦板條(板條、豬肉絲、香菇、韭菜、紅蘿蔔、蝦米)、綜合滷味(米血、黑豆乾、海帶結、杏鮑菇)、剝皮辣椒雞湯、保久乳	奇異果	茶碗蒸	✓	✓	✓	✓
4/11	四	當歸麵線	白米飯、滷雞腿、雙花燴鵪鶉蛋、炒有機荷葉白菜、紫菜蛋花湯	蓮霧	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
4/12	五	魚皮粥	紅藜米飯、沙茶肉片、柴魚豆腐、絲瓜枸杞、鴨肉粉絲湯	奇異果	南瓜海鮮濃湯	✓	✓	✓	✓
4/15	一	蔬菜拉麵	白米飯、春川炒雞、韓式雜菜(韓式白冬粉、紅蘿蔔、杏鮑菇、木耳、豬肉絲)、有機荷葉白菜、糯米人參雞湯	蓮霧	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
4/16	二	翡翠雞茸玉米粥	白米飯、泰式檸檬魚、木須炒蛋、蒜炒高麗菜、青木瓜香茅菇湯	芭樂	玉米蘿蔔排骨湯	✓	✓	✓	✓
4/17	三	番茄雞蛋麵	義大利白醬螺旋麵(螺旋麵、培根、去骨雞腿肉、奶油白醬、洋蔥、蘆筍、杏鮑菇)、彩椒雙花、義式蔬菜湯(紅番茄、馬鈴薯、洋蔥、豬骨、甜玉米)、保久乳	蓮霧	黑糖饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
4/18	四	玉米瘦肉粥	紅米飯、越南烤肉、花瓜蝦仁腰、蒜炒空心菜、越式酸辣湯(豆芽菜、九層塔、洋蔥、阿根廷魷魚、甘仔魚、月桂)	蘋果	三色豆花	✓	✓	✓	✓
4/19	五	義大利肉醬麵	香鬆飯、和風燻肉壽喜燒、香酥綜合菇、芝麻小松菜、味噌小魚湯	芭樂	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
4/22	一	地瓜粥 歐姆蛋	白米飯、薑黃雞、奶香什錦(嫩油豆腐、虱目魚丸、玉米筍、冷凍青花菜、胡蘿蔔、牛奶白醬)、沙茶油菜、南瓜龍骨湯	蘋果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
4/23	二	枸杞麵線	胚芽米飯、義式風味雞、榨菜炒肉絲、薑炒有機尼龍白菜、玉米蛋花湯	小番茄	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
4/24	三	水果布丁蛋糕 低糖麥茶	海鮮泡飯(白米飯、虱目魚柳、阿根廷魷魚、芹菜、高麗菜、乾干貝)、滷豆乾、什錦蔬菜(桶筍片、豆腐皮、木耳、玉米筍、小黃瓜)、保久乳	蘋果	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
4/25	四	珍珠丸子 紫菜蛋花湯	地瓜米飯、蒜泥白肉、筍白筍炒肉絲、蒜炒空心菜、絲瓜雲吞湯	春柑	三明治 豆漿	✓	✓	✓	✓
4/26	五	蔬菜蛋餅 綠豆汁	白米飯、香菇栗子燒肉、黃瓜燴鵪鶉蛋、薑炒有機青松菜、筍絲雞湯	小番茄	姑姑雞湯	✓	✓	✓	✓
4/29	一	浮水魚羹麵	白米飯、蜜汁豬肋排、紅蘿蔔炒蛋、絲瓜麵筋、金針雞湯	春柑	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
4/30	二	清粥小菜 麵筋、煎蛋	五穀飯、黑胡椒雞丁、魚香杏鮑菇、炒有機黑葉白菜、紫菜蛋花湯	香蕉	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓



備註：
 ☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！ ☆4/24(三)4月慶生會
 ☆如幼兒對甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、芝麻、堅果類、含麩質穀物、魚類、亞硫酸鹽類及其製品有過敏情形，請事先告知老師，避免食用而引發不適！
 ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果，並隨產季機動調整！
 ☆本園一律採用國內在地豬肉、牛肉之生鮮食材！

製表： **教保員蔡美鳳** 營養師： **陳芳蘭** 園主任： **陳月霜** 校長： **蔡淑芬**

營養師陳芳蘭