宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 113年04月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 早點 | 午餐 | 午點 | 餐點類別檢核 |
| 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 水果 | 1全穀 根莖類 | 2豆魚肉蛋奶類 | 3蔬菜類 | 4水果類 |
| 1 | 一 | 葡萄乾吐司 牛奶 | 白米飯 | 絲瓜燴蛋 | 洋蔥炒干片 | 時令蔬菜 | 魚丸湯 | 時令水果 |  米粉湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 2.3 | 2.3 | 3 | 1.2 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 2 | 二 | 鮮蔬粥 |  肉燥乾麵 | 雙色蘿蔔湯 | 時令水果 | 銀絲卷 枸杞茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.3 | 1.2 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 3 | 三 | 米苔目 | 五穀飯 | 香滷麵筋 | 蒜炒玉米筍 | 時令蔬菜 | 金針蛋花湯 | 時令水果 | 黑糖粉圓 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 8 | 一 | 奶酥吐司 豆漿 | 白米飯 | 紅蘿蔔燴蛋 | 酸菜豆干 | 時令蔬菜 | 海帶芽湯 | 時令水果 | 玉米濃湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  1.2 |  1  |  2.3 |  2 |  3  |  3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 9 | 二 | 芋頭西米露 | 蔬菜滑雞粥 | 時令水果 | 麥克雞塊 冬瓜露 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  1 | 1.2.3 | 4 | 2.3 |  |  |  |  |
| 10 | 三 |  小米粥 | 五穀飯 | 香炒豬柳 | 馬鈴薯沙拉 | 時令蔬菜 | 胡瓜湯 | 時令水果 | 紅豆薏仁湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 11 | 四 |  滑蛋粥 | 鮮味大滷麵 | 時令水果 | 紅麵線筍絲湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  1.2 | 1.2.3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 12 | 五 | 甜心卷 米漿 | 糙米飯 | 油豆腐滷肉 | 魩仔魚炒蛋 | 時令蔬菜 | 南瓜湯 | 時令水果 | 豆沙包 有機麥茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 15 | 一 | 台式鹹粥 | 白米飯 | 香菇麵圈 | 香芹豆苞 | 時令蔬菜 | 貢丸湯 | 時令水果 | 地瓜湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  1.2.3 | 1 | 1.3 | 2.3 | 3 | 1.2 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 16 | 二 | 鮮奶饅頭 米漿 | 翡翠蛋炒飯 | 紫菜湯 | 時令水果 | 小肉包紅棗蘋果湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  1.2 | 1.2.3 | 3 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |

 ※ 1.本園食材來源一律使用國產豬肉 2.以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 113年04月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 早點 | 午餐 | 午點 | 餐點類別檢核 |
| 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 水果 | 1全穀 根莖類 | 2豆魚肉蛋奶類 | 3蔬菜類 | 4水果類 |
| 17 | 三 | 紅豆吐司 豆漿 | 五穀飯 | 粉蒸肉 | 馬鈴薯鮮蔬 | 時令蔬菜 | 榨菜肉絲湯 | 時令水果 | 雞絲冬粉湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 2 | 1.3 | 3 | 2.3 | 4 | 1.2 |  |  |  |  |
| 18 | 四 | 絲瓜粥 | 精燉紅燒麵 | 時令水果 |  芋圓湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.3 | 1.2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 19 | 五 | 黑糖饅頭 牛奶 | 糙米飯 | 麻婆豆腐 | 三色炒雞丁 | 時令蔬菜 | 金針菇湯 | 時令水果 | 芋泥包 決明茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 2 | 2.3 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 22 | 一 | 清粥 肉鬆 | 白米飯 | 清炒雙菇 | 金莎紅蘿蔔 | 時令蔬菜 | 酸菜白肉湯 | 時令水果 | 關東煮 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 23 | 二 | 鮮蔬麵線 | 香味肉羹飯 | 時令水果 | 原味蛋糕 桂圓茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.3 | 1.2.3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 24 | 三 | 南瓜粥 | 五穀飯 | 京醬肉絲 | 香煎麵腸 | 時令蔬菜 | 青菜豆腐湯  | 時令水果 | 蔬菜湯餃 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2.3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 25 | 四 | 鮮奶吐司 牛奶 | 鮮蔬炒筆尖麵 | 香菇雞湯 | 時令水果 | 香芹餛飩 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1.3 | 2.3 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 26 | 五 | 巧達濃湯 | 糙米飯 | 醬燒豆腐 | 肉卷 | 時令蔬菜 | 蛋花湯 | 時令水果 | 芝麻包 有機麥茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2.3 | 1 | 2 | 1.2 | 3 | 2 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 29 | 一 | 雞蛋吐司 豆漿 | 白米飯 | 蒸蛋 | 紅燒肉 | 時令蔬菜 | 紫菜味噌湯 | 時令水果 | 烏龍湯麵 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  |  |  |  | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 30 | 二 | 瘦肉麵 | 肉絲鳳梨炒飯 | 大骨瓠瓜湯 | 時令水果 |  綠豆湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1.2.4 | 2.3 | 4 | 4 |  |  |  |  |

※ 1.本園食材來源一律使用國產豬肉 2.以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動