宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 114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 | | | 二 | 瘦肉粥 | 什錦炒烏龍 | | | | 蛤蜊湯 | 時令水果 | 酸辣湯 | |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2.3 | 1.2.3 | | | | 2 | 4 | 1.2.3 | |  |  |  |  |
| 2 | | | 三 | 蘑菇濃湯 | 糙米飯 | 冬瓜蔭肉 | 香拌乾絲 | 時令蔬菜 | 柴魚豆腐湯 | 時令水果 | 紅薯饅頭 鮮果湯 | |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.3 | 1 | 2.3 | 2 | 3 | 2.3 | 4 | 1.4 | |  |  |  |  |
| 7 | | | 一 | 綠豆仁西米露 | 白米飯 | 紅蘿蔔燴蛋 | 酸菜豆干 | 時令蔬菜 | 海帶芽湯 | 時令水果 | | 米粉湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1 | 1 | 2.3 | 2.3 | 3 | 3 | 4 | | 1 |  |  |  |  |
| 8 | | | 二 | 葡萄乾吐司豆漿 | 蔬菜滑雞粥 | | | | | 時令水果 | | 豆沙包 有機麥茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1.2.3 | | | | | 4 | | 1 |  |  |  |  |
| 9 | | | 三 | 清粥 肉鬆 | 五穀飯 | 香炒豬柳 | 滷蛋 | 時令蔬菜 | 胡瓜肉絲湯 | 時令水果 | | 紅豆薏仁湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2.3 | 4 | | 1 |  |  |  |  |
| 10 | | | 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 |  |  |  |  |
| 11 | | | 五 | 甜心卷 米漿 | 糙米飯 | 油豆腐滷肉 | 香芹豆苞 | 時令蔬菜 | 冬瓜排骨湯 | 時令水果 | | 麥克雞塊 冬瓜露 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1 | 1 | 2 | 2.3 | 3 | 2.3 | 4 | | 2.3 |  |  |  |  |
| 14 | | | 一 | 台式鹹粥 | 白米飯 | 香菇麵圈 | 魩仔魚炒蛋 | 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 | 1.2 | 4 | | 1 |  |  |  |  |
| 15 | | | 二 | 鮮奶饅頭 米漿 | 翡翠蛋炒飯 | | | | 榨菜肉絲湯 | 時令水果 | | 雙色卷 紅棗蘋果湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1.2.3 | | | | 2.3 | 4 | | 1.3 |  |  |  |  |
| 16 | | 三 | | 白吐司 豆漿 | 五穀飯 | 絲瓜燴蛋 | 馬鈴薯鮮蔬 | 時令蔬菜 | 蘿蔔魚丸湯 | 時令水果 | | 雞絲冬粉湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1 | 2.3 | 1.3 | 3 | 2.3 | 1.3 | | 1.2 |  |  |  |  |

※ 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

3.依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、

魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 114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 | 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 |  |  |  |  |
| 18 | 五 | | 鮮蔬麵線 | 糙米飯 | 麻婆豆腐 | | | 洋蔥炒雞丁 | | 時令蔬菜 | 金針菇湯 | 時令水果 | 白煮蛋 決明茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1 | 2 | | | 2.3 | | 3 | 3 | 4 | 2 |  |  |  |  |
| 21 | 一 | | 清粥 肉鬆 | 白米飯 | 燴三蔬 | | | 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 |  |  |  |  |
| 22 | 二 | | 鮮蔬粥 | 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 |  |  |  |  |
| 23 | 三 | | 鮮奶吐司 牛奶 | 五穀飯 | 京醬肉絲 | | | 蒜炒玉米筍 | | 時令蔬菜 | 青菜豆腐湯 | 時令水果 | 蔬菜湯餃 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1.2 | 2 | | | 3 | | 3 | 2.3 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 24 | 四 | | 南瓜粥 | 鮮蔬炒筆尖麵 | | | | | | | 香菇雞湯 | 時令水果 | 香芹餛飩 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1 | 1.3 | | | | | | | 2.3 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 25 | 五 | | 巧達濃湯 | 糙米飯 | 醬燒豆腐 | | | 香腸 | | 時令蔬菜 | 蛋花湯 | 時令水果 | 芝麻包 枸杞茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2.3 | 1 | 2 | | | 2 | | 3 | 2 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 28 | 一 | | 雞蛋吐司 豆漿 | 白米飯 | 香滷麵筋 | | | 螞蟻上樹 | | 時令蔬菜 | 紫菜味噌湯 | 時令水果 | 烏龍湯麵 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 1 | | | 1.2 | | 3 | 3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 29 | 二 | | 瘦肉麵 | 肉絲鳳梨炒飯 | | | | | | | 紅蘿蔔排骨湯 | 時令水果 | 綠豆湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1.2.4 | | | | | | | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 30 | | 三 | 米苔目 | 五穀飯 | | 蒸蛋 | 三色玉米 | | 時令蔬菜 | | 金針蛋花湯 | 時令水果 | 黑糖粉圓 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1 | 1 | | 2 | 1 | | 3 | | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |

※ 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

3.依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、

魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。