

新北市私立育新幼兒園 112 學年度第二學期 4 月份餐點表

| 日期 | 星期 | 早點心           | 主食      | 主菜    | 副菜一        | 青菜        | 湯品          | 午點心          | 時令<br>水果 | 餐點類別<br>檢核表 |           |         |         |
|----|----|---------------|---------|-------|------------|-----------|-------------|--------------|----------|-------------|-----------|---------|---------|
|    |    |               |         |       |            |           |             |              |          | 全穀<br>根莖類   | 豆魚<br>肉蛋類 | 蔬菜<br>類 | 水果<br>類 |
| 1  | 一  | 玉米段<br>+薏仁漿   | 五穀飯     | 洋蔥炒雞丁 | 奶油白<br>醬洋芋 | 青江菜       | 味噌豆腐湯       | 鍋貼<br>+紅棗茶   | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 2  | 二  | 銀絲卷<br>+蜂蜜水   | 薏仁飯     | 雙蘿燒雞  | 五味<br>豆腐   | 小白菜       | 養生湯         | 什錦<br>瘦肉粥    | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 3  | 三  | 玉米脆片<br>+豆漿   | 紫米飯     | 檸香肉片  | 小蝦捲        | 地瓜葉       | 金菇白菜<br>蛋花湯 | 紅豆包<br>+養生茶  | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 8  | 一  | 燕麥餅乾<br>+冬瓜茶  | 芝麻飯     | 彩椒雞丁  | 毛豆<br>三丁   | 銀芽<br>炒三絲 | 蘿蔔排骨湯       | 紫米丸子<br>+牛蒡茶 | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 9  | 二  | 養生饅頭<br>+糙米漿  | 白米飯     | 紅燒排骨  | 關東煮        | 蚵白菜       | 香菇雞湯        | 鍋燒<br>雞絲麵    | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 10 | 三  | 米菓<br>+豆漿     | 藜麥飯     | 檸檬雞丁  | 金茸<br>肉絲   | 油菜        | 黃瓜排骨湯       | 慶生會<br>+麥茶   | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 11 | 四  | 清蒸南瓜<br>+牛奶   | 鮪魚炒飯    |       | 日式<br>炸豬排  | 高麗菜       | 蘿蔔肉羹湯       | 香菇<br>雞蓉粥    | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 12 | 五  | 小饅頭<br>+豆漿    | 燕麥飯     | 紐澳良魚丁 | 日式<br>蒸蛋   | 福山<br>萵苣  | 蕃茄蔬菜湯       | 蔥燒肉包<br>+枸杞茶 | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 15 | 一  | 水煮蛋<br>+仙草蜜   | 小米飯     | 回鍋肉   | 白菜滷        | 豆芽菜       | 紫菜蛋花湯       | 芥蘭菜<br>絲湯麵   | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 16 | 二  | 蒸地瓜<br>+紅棗茶   | 胚芽飯     | 紅糟肉   | 絞肉<br>燴豆腐  | 雙色<br>花椰  | 山藥菇菇湯       | 肉羹麵線         | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 17 | 三  | 玉米脆片<br>+牛奶   | 木須炒麵    |       | 塔香<br>雞腿排  | 小白菜       | 鮮筍雞湯        | 小鮮肉包<br>+蜂蜜水 | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 18 | 四  | 馬拉糕<br>+豆漿    | 地瓜飯     | 紅燒獅子頭 | 螞蟻<br>上樹   | 油菜        | 四神湯         | 芋頭<br>西米露    | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 19 | 五  | 小餐包<br>+豆漿    | 薏仁飯     | 蔥燒鮮魚  | 紅蘿蔔<br>炒蛋  | 地瓜葉       | 三絲湯         | 奶皇包<br>+全穀漿  | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 22 | 一  | 水煮蛋<br>+米漿    | 糙米飯     | 蕃茄燒雞  | 客家<br>小炒   | 蒜香<br>大陸妹 | 豆皮味噌湯       | 鍋貼<br>+冬瓜茶   | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 23 | 二  | 毛豆莢<br>+牛蒡茶   | 麥片飯     | 粉蒸排骨  | 茄汁<br>甜條   | 蚵白菜       | 冬菜粉絲湯       | 什錦<br>米粉湯    | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 24 | 三  | 豆沙包<br>+豆漿    | 五穀飯     | 蔥油雞   | 竹筍<br>炒肉絲  | 空心菜       | 蘿蔔排骨湯       | 燒賣<br>+紅棗茶   | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 25 | 四  | 銀絲卷<br>+牛奶    | 西班牙海鮮燉飯 |       | 起司<br>豬排   | 高麗菜       | 玉米濃湯        | 油豆腐<br>細粉    | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 26 | 五  | 茶葉蛋<br>+豆漿    | 紫米飯     | 檸檬魚片  | 蕃茄<br>炒蛋   | 福山<br>萵苣  | 海芽蛋花湯       | 芋泥包<br>+麥茶   | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 29 | 一  | 雞蛋小饅頭<br>+枸杞茶 | 芝麻飯     | 梅干肉片  | 蝦皮<br>胡瓜   | A 菜       | 番茄金針湯       | 水煎包<br>+仙草蜜  | 水果       | √           | √         | √       | √       |
| 30 | 二  | 珍珠丸<br>+薏仁漿   | 白米飯     | 咕咾肉   | 玉米<br>炒肉末  | 雙色<br>花椰  | 羅宋湯         | 翡翠<br>銀魚粥    | 水果       | √           | √         | √       | √       |