

113年 臺南市私立文林幼兒園 112學年度第二學期 4月 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	水果					
4/8	一	草莓吐司、牛奶	番茄肉絲蛋炒飯(玉米、蛋、肉絲、紅蘿蔔、青蔥、青豆、洋蔥)、清蒸魚、玉米排骨湯	芭樂	麥片葡萄	✓	✓	✓	✓
4/9	二	海鮮米苔目(花枝、小白菜、蛋、肉絲)	地瓜飯、冬瓜滷肉(冬瓜、紅蘿蔔、五花肉)、尼龍菜、豆薯蛋花湯	芭樂	麻油麵線(高麗菜、肉絲、蛋)	✓	✓	✓	✓
4/10	三	雞蛋饅頭、豆漿	五穀飯、蒜頭雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉)、菠菜、山東白菜豆腐湯	芭樂	芋頭湯	✓	✓	✓	✓
4/11	四	小波蘿、牛奶	糙米飯、馬鈴薯燉肉(紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯、梅花肉)、高麗菜、魚皮湯	西瓜	關東煮(黑輪、木耳、白蘿蔔、高麗菜)	✓	✓	✓	✓
4/12	五	吻仔魚粥(吻仔魚、高麗菜、蛋、肉絲)	鍋燒意麵(花枝、肉絲、蛋、小白菜)	西瓜	紅豆紫米	✓	✓	✓	✓
4/15	一	紅豆吐司、牛奶	洋蔥肉絲蛋炒飯(洋蔥、肉絲、紅蘿蔔、青蔥、青豆、玉米、蛋)、薑絲蒸魚、香菇排骨湯	西瓜	小米粥	✓	✓	✓	✓
4/16	二	南瓜雞肉粥(雞肉、南瓜、香菇、蔥)	五穀飯、麻油豬肉(杏鮑菇、枸杞、梅花肉)、油菜、味噌豆腐湯	蘋果	芙蓉湯餃(高麗菜、木耳、紅蘿蔔絲、蛋)	✓	✓	✓	✓
4/17	三	小鮮肉包、豆漿	糙米飯、客家小炒(五花肉、豆干、魷魚、)、空心菜、蔬菜蛋花湯	蘋果	地瓜綠豆湯	✓	✓	✓	✓
4/18	四	芋頭吐司、牛奶	糙米飯、筍乾滷肉(筍乾、車輪、五花肉)、尼龍菜、番茄豆腐湯	蘋果	浮水魚羹(大白菜、筍絲、魚羹、木耳)	✓	✓	✓	✓
4/19	五	海鮮米粉湯(肉絲、花枝、小白菜、蛋)	廣東粥(高麗菜、魚肉、花枝、肉絲、皮蛋、蔥)	蘋果	十穀粥	✓	✓	✓	✓
4/22	一	奶酥吐司、牛奶	蝦仁肉絲蛋炒飯(肉絲、紅蘿蔔、青蔥、青豆、玉米、蛋、蝦仁)、香煎魚肉、冬瓜排骨湯	香蕉	桂圓糯米粥	✓	✓	✓	✓
4/23	二	虱目魚柳粥(高麗菜、肉絲、魚肉、蛋)	地瓜飯、雙色滷肉(梅花肉、白蘿蔔、紅蘿蔔、海帶)、青江菜、金針蛤蠣湯	香蕉	玉米濃湯(洋蔥、玉米、蛋)	✓	✓	✓	✓
4/24	三	芝麻饅頭、豆漿	五穀飯、麻油雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉)、高麗菜、刺瓜魚丸湯	香蕉	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
4/25	四	全麥吐司、牛奶	南瓜飯、五香豆干滷肉(紅蘿蔔、豆干、五花肉)、尼龍菜、薑絲魚湯	蘋果	蘿蔔糕湯(高麗菜、肉絲、紅蘿蔔、木耳)	✓	✓	✓	✓
4/26	五	鍋燒意麵(小白菜、蛋、肉絲、花枝)	什錦燴飯(木耳、紅蘿蔔、白蘿蔔、香菇、金針菇、小白菜、肉絲、烏蛋、洋蔥)、筍絲魚肉湯	蘋果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
4/29	一	葡萄吐司、牛奶	玉米肉絲蛋炒飯(紅蘿蔔、蛋、玉米、青蔥、青豆、肉絲)、蒸魚肉、牛蒡排骨湯	芭樂	銀耳枸杞	✓	✓	✓	✓
4/30	二	玉米肉絲滑蛋粥(玉米、肉絲、蛋、蔥)	糙米飯、烏蛋滷肉(烏蛋、梅花肉、紅蘿蔔、海帶)、高麗菜、紫菜蛋花湯	芭樂	香菇肉羹(香菇、肉羹、大白菜)	✓	✓	✓	✓
5/1	三	勞動節放假一天							
5/2	四	花生吐司、牛奶	五穀飯、三杯雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉)、菠菜、白菜豆腐湯	芭樂	燕麥粥	✓	✓	✓	✓
5/3	五	肉絲板條(花枝、肉絲、小白菜)	香菇雞肉粥(高麗菜、玉米、紅蘿蔔、香菇、雞肉絲)	芭樂	五穀粥	✓	✓	✓	✓

※本園一律使用國產豬，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！