

114年 臺南市私立文林幼兒園 113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					
4/7	一	奶酥吐司、牛奶	蝦仁肉絲蛋炒飯(玉米、蛋、肉絲、紅蘿蔔、蝦仁、青豆)、香酥魚肉、玉米排骨湯	芭樂	芋頭西米露	✓	✓	✓	✓
4/8	二	虱目魚肉粥(蔥、肉絲、魚肉、高麗菜)	糙米飯、烏蛋滷肉(烏蛋、紅蘿蔔、五花肉、海帶)、高麗菜、刺瓜魚丸湯	芭樂	芙蓉湯餃(紅蘿蔔、高麗菜、蛋、水餃)	✓	✓	✓	✓
4/9	三	芝麻饅頭、豆漿	地瓜飯、蒜頭雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉、蒜頭)、尼龍菜、番茄豆腐湯	芭樂	十穀粥	✓	✓	✓	✓
4/10	四	草莓餐包、牛奶	五穀飯、五香豆干滷肉(豆乾丁、五花肉)、洋蔥炒蛋、冬瓜蛤蠣湯	蘋果	柴魚黑輪(木耳、高麗菜、白蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
4/11	五	冬粉肉絲滑蛋(蛋、小白菜、肉絲)	廣東粥(魚肉、肉絲、花枝、皮蛋、高麗菜、蔥)	蘋果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
4/14	一	芋頭吐司、牛奶	玉米肉絲蛋炒飯(肉絲、玉米、蛋、紅蘿蔔、青豆、青蔥)、豆鼓蒸魚、牛蒡排骨湯	蘋果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
4/15	二	鍋燒意麵(花枝、肉絲、小白菜、蛋)	五穀飯、筍乾滷肉(筍乾、車輪、五花肉)、紅蘿蔔炒蛋、山東白菜豆腐湯	西瓜	麻油麵線(高麗菜、肉絲、蛋)	✓	✓	✓	✓
4/16	三	小鮮肉包、豆漿	地瓜飯、三杯雞(杏鮑菇、雞肉、紅蘿蔔、九層塔)、尼龍菜、玉米蛋花湯	西瓜	燕麥粥	✓	✓	✓	✓
4/17	四	椰子吐司、牛奶	糙米飯、冬瓜滷肉(紅蘿蔔、冬瓜、五花肉)、高麗菜、金針肉絲湯	鳳梨	香菇肉羹(山東白菜、肉羹、香菇)	✓	✓	✓	✓
4/18	五	南瓜雞肉粥(南瓜、雞肉、香菇)	番茄肉醬義大利麵(番茄、絞肉、洋蔥、玉米、青豆、紅蘿蔔)、紫菜蛋花湯	鳳梨	紅豆紫米粥	✓	✓	✓	✓
4/21	一	葡萄吐司、牛奶	什錦肉絲蛋炒飯(肉絲、玉米、蛋、紅蘿蔔、青豆、青蔥)、水煮魚、香菇排骨湯	芭樂	麥片葡萄	✓	✓	✓	✓
4/22	二	海鮮米粉湯(花枝、肉絲、小白菜)	五穀飯、雙色滷肉(五花肉、海帶片、紅蘿蔔)、高麗菜、小白菜魚丸湯	芭樂	玉米濃湯(洋蔥、蛋、玉米)	✓	✓	✓	✓
4/23	三	雞蛋饅頭、豆漿	地瓜飯、麻油雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉)、尼龍菜、味噌海帶芽湯	蘋果	五穀粥	✓	✓	✓	✓
4/24	四	紅豆吐司、牛奶	糙米飯、客家小炒(豆乾、魷魚、五花肉、蔥)、油菜、金針蛤蠣湯	蘋果	蔬菜米苔目(肉絲、蛋、小白菜)	✓	✓	✓	✓
4/25	五	吻仔魚粥(肉絲、高麗菜、吻仔魚)	鍋燒意麵(花枝、肉絲、小白菜、蛋)	蘋果	銀耳枸杞	✓	✓	✓	✓
4/28	一	草莓吐司、牛奶	番茄肉絲蛋炒飯(紅蘿蔔、蛋、玉米、青豆、肉絲)、蒸魚肉、冬瓜排骨湯	芭樂	小米粥	✓	✓	✓	✓
4/29	二	芋頭鹹粥(芋頭、肉絲、香菇)	糙米飯、麻油豬肉(梅花肉、杏鮑菇、枸杞)、高麗菜、青菜豆腐湯	西瓜	蘿蔔糕湯(肉絲、紅蘿蔔、木耳、高麗菜)	✓	✓	✓	✓
4/30	三	鮮奶饅頭、豆漿	南瓜飯、瓜仔雞(烏蛋、紅蘿蔔、雞肉、瓜仔)、尼龍菜、貢丸湯	西瓜	五穀粥	✓	✓	✓	✓
5/1	四	五一勞動節放假一天							
5/2	五	鍋燒雞絲麵(花枝、肉絲、小白菜、蛋)	香菇雞肉粥(香菇、雞肉、玉米、紅蘿蔔、高麗菜)	蘋果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓

※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！