

及仁幼兒園 114年4月餐點表

*讓您的寶貝營養均衡活力滿滿！健康新鮮當令蔬果是及仁餐點的重要原則。

*及仁堅持使用非基改無防腐劑的金蘭醬油，每日水果。

*儘可能使用不加工食材。*不喝奶茶，也不吃餅乾。*每兩天購買一次食材若

*豬、雞肉品都使用國產溫體豬肉。未使用輻射污染食品。

*台灣在地白米、黃豆、紅豆。當令新鮮蔬果。

日期	星 期	上午點心	中 餐	下午點心	蛋白質	脂肪	醣類	熱量
1	二	玉米滑蛋粥	紅白蘿蔔滷肉、時蔬、 味增豆腐湯	大滷麵	V	V	V	V
2	三	蚵仔麵線羹	梅花肉珈哩燴飯	玉米濃湯	V	V	V	V
3	四	假 期 愉 快 兒童節祝福所有小朋友 健康快樂成長						
4	五							
7	一	鮪魚粥	蒸蛋、紅燒豆腐、鮮時蔬、 蘿蔔排骨湯	豆香麥片	V	V	V	V
8	二	蛋香蔥花麵線	三色雞丁、時蔬、紫菜 味增湯	紫米枸杞粥	V	V	V	V
9	三	小米雞肉粥	什錦燴飯	芋頭椰奶西 米露	V	V	V	V
10	四	蔬菜、肉絲細粉	紅蘿蔔炒蛋、翡翠銀魚、 時蔬、味增湯	銀耳小米粥	V	V	V	V
11	五	海鮮粥	櫻花蝦瘦肉香菇..油飯、 玉米排骨湯	素食酸辣湯	V	V	V	V
14	一	香菇肉粥	蒸蛋、螞蟻上樹、鮮時蔬、 紫菜味增湯	玉米濃湯	V	V	V	V
15	二	味增拉麵	麵輪滷肉、時蔬、蔬菜 小魚湯	豆香麥片	V	V	V	V
16	三	五穀養生肉粥	肉燥陽春麵、五香海帶	紫米紅豆粥	V	V	V	V
17	四	蚵仔麵線羹	吻仔魚炒蛋、紅燒豆腐、 時蔬、肉絲金針湯	銀耳小米粥	V	V	V	V
18	五	洋芋濃湯	肉絲蔬菜蛋炒飯、蘿蔔湯	芋頭椰奶西 米露	V	V	V	V
21	一	小米雞肉粥	蒸蛋、素肉鬆、鮮時蔬、 紫菜味增湯	素食酸辣湯	V	V	V	V
22	二	玉米滑蛋粥	紅白蘿蔔滷肉、時蔬、 味增豆腐湯	大滷麵	V	V	V	V
23	三	鮪魚粥	梅花肉珈哩燴飯	玉米濃湯	V	V	V	V
24	四	香菇肉粥	紅蘿蔔炒蛋、翡翠銀魚、 時蔬、紫菜湯	蚵仔麵線	V	V	V	V
25	五	海鮮粥	麵輪魯肉、時蔬、紫菜蛋 花湯	紅豆麥仁粥	V	V	V	V
28	一	味增拉麵	蒸蛋、螞蟻上樹、時蔬、 肉絲金針湯	銀耳小米粥	V	V	V	V
29	二	玉米滑蛋粥	打拋雞、時蔬、蘿蔔湯	椰奶燕麥甜湯	V	V	V	V
30	三	五穀養生肉粥	櫻花蝦瘦肉香菇..油飯、 玉米排骨湯	素食酸辣湯	V	V	V	V