

高雄市私立新國際幼兒園 114 學年度(下)4 月份餐點表

本園一律使用國產豬肉食材

| 日期/星期 | 早上點心 | 每日均含 1. 五穀根莖類 2. 奶蛋魚肉豆類 3. 蔬菜 4. 水果 四大類營養素 | 下午點心 |
|-------------|----------------|---|-------|
| 4 月 1 日(三) | 雞蛋粥 | 糙米飯、肉燥滷鵪鶉蛋、時令蔬菜、皇帝豆排骨湯、水果 | 薏仁湯 |
| 4 月 2 日(四) | 小饅頭/豆漿 | 鮭魚蔬菜湯飯、滷蛋、水果 | 關東煮 |
| 4 月 3 日(五) | 兒童節放假四天 | | |
| 4 月 4 日(一) | | | |
| 4 月 7 日(二) | 玉米片/牛奶 | 毛豆香腸炒飯、大頭菜肉片湯、水果 | 紅豆湯 |
| 4 月 8 日(三) | 兔子包/豆漿 | 糙米飯、肉燥滷豆乾丁、時令蔬菜、薑絲蛤蜊湯 | 仙草蜜 |
| 4 月 9 日(四) | 蛋花麵線 | 地瓜飯、三杯雞丁、時令蔬菜、味噌魚肉豆腐湯 | 水果 |
| 4 月 10 日(五) | 廣東粥 | 麻醬乾麵、小白菜貢丸粉絲湯 | 牛奶土司 |
| 4 月 13 日(一) | 玉米片/牛奶 | 高麗菜肉絲蛋炒飯、玉米排骨湯、水果 | 燕麥牛奶 |
| 4 月 14 日(二) | 南瓜粥 | 米飯、香菇肉燥、時令蔬菜、大頭菜排骨湯、水果 | 地瓜芋圓湯 |
| 4 月 15 日(三) | 芝麻包/豆漿 | 糙米飯、鳳梨糖醋排骨、時令蔬菜、味噌豆腐湯 | 魚丸蛋花湯 |
| 4 月 16 日(四) | 肉燥韭菜冬粉 | 小米飯、毛豆滷肉、時令蔬菜、蘿蔔排骨湯 | 水果 |
| 4 月 17 日(五) | 雞蛋瘦肉粥 | 青江菜味噌蛤蜊烏龍麵、水果 | 蘋果麵包 |
| 4 月 20 日(一) | 玉米片/牛奶 | 香菇滷肉飯、時令蔬菜、四神湯、水果 | 綠豆湯 |
| 4 月 21 日(二) | 吻仔魚翡翠粥 | 糙米飯、海帶滷肉、時令蔬菜、黃豆芽排骨湯、水果 | 山粉圓 |
| 4 月 22 日(三) | 銀絲卷/豆漿 | 高麗菜海鮮炒麵、蒜頭蛤蜊雞湯、水果 | 玉米濃湯 |
| 4 月 23 日(四) | 白菜餛飩湯 | 地瓜飯、蘿蔔燉肉、時令蔬菜、酸菜蚵仔湯 | 水果 |
| 4 月 24 日(五) | 菠菜蛋粥 | 鮭魚蔬菜麵疙瘩、水果 | 草莓土司 |
| 4 月 27 日(一) | 玉米片/牛奶 | 米飯、打拋豬肉、時令蔬菜、水果 | 桂圓粥 |
| 4 月 28 日(二) | 蚵仔粥 | 燕麥飯、海帶滷肉、番茄炒高麗菜、魚丸湯 | 綠豆杏仁 |
| 4 月 29 日(三) | 豆沙包/豆漿 | 米飯、馬鈴薯燉肉、時令蔬菜、枸杞雞湯 | 蛋花湯餃 |
| 4 月 30 日(四) | 雞茸玉米粥 | 糙米飯、筍乾滷肉、時令蔬菜、冬瓜排骨酥湯 | 水果 |

★本園餐點視幼兒所需之營養素與熱量為前提，口味以清淡自然為主，選用健康、營養、自然的食物，且在烹調過程中少油、少鹽、不油炸，讓孩子吃的開心、吃的均衡、吃得健康。

