



日期	星期	早點	午餐					午點	主食類 (份)	豆魚蛋肉 (份)	蔬菜 (份)	水果 (份)	奶類 (份)	油脂 (份)	熱量 (Kcal)	
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品									水果
4月1日	三	水果拼盤 水果2種	義大利麵+雞塊+青花菜+玉米濃湯 螺旋麵,絞肉,洋蔥,三丁,蕃茄,蕃茄醬+雞塊*2+青花菜+玉米粒,洋蔥,馬鈴薯,蛋,奶水					水果	★造型包子(不挑款)	4.3	1.6	1	2	0	2	656
4月2日	四	水果拼盤 水果2種	小米飯	洋蔥肉絲 肉絲,洋蔥	白菜滷 大白菜,豆包,紅蘿蔔	應青	白玉黑輪湯 白蘿蔔,黑輪	水果	牛角麵包+味全鮮乳	4	1.9	1.2	2	0.7	1.8	738
4月3日	五	 兒童節◆清明節連假														
4月6日	一	 兒童節◆清明節連假														
4月7日	二	香蕉或個份水果	糙米飯	干丁肉燥 絞肉,碎干丁,香菇	蛋酥高麗菜 高麗菜,蛋,紅蘿蔔	應青	瓠瓜蝦米湯 瓠瓜,蝦米,大骨	水果	雞絲麵 雞絲麵,蛋,金針菇,肉絲	4	2.3	1.6	2	0	2	703
4月8日	三	慶生會 蛋糕,豆漿	蔥香蛋炒飯+翅小腿+應青+味噌湯 絞肉,三丁,洋蔥,蛋,蔥+翅小腿*2+應青+味噌,豆腐,柴魚片					水果	餛飩湯 餛飩*3,小白菜,紫菜	3.6	3.3	1	1	0	2	675
4月9日	四	水果拼盤 水果2種	紫米飯	紅燒雞丁 雞丁,白蘿蔔	紅娘炒蛋 紅蘿蔔,蛋	應青	玉米鮮湯 玉米段,大骨	水果	鹹奶油餐包+統一鮮乳	4	1.8	1.2	2	0.7	1.8	730
4月10日	五	水果拼盤 水果2種	燕麥飯	金瓜燒肉 肉片,南瓜	花菜什錦 青花菜,玉米筍,木耳	應青	青菜豆腐湯 小白菜,豆腐,大骨	水果	蒸蘿蔔糕	4.5	1.4	1.5	2	0	1.8	659
4月13日	一	水果拼盤 水果2種	藜麥飯	照燒烤麩 烤麩,木耳,毛豆,紅蘿蔔	金菇蒸蛋 金針菇,蛋	應青	養生山藥湯 山藥,紅棗	-	紅棗銀耳湯 白木耳,紅棗,枸杞,蓮子	3.5	2	1	1	0	1.8	561
4月14日	二	香蕉或個份水果	糙米飯	玉米肉末 絞肉,玉米粒	黃瓜燴魚羹 大黃瓜,魚羹,紅蘿蔔	應青	羅宋湯 番茄,洋蔥,高麗菜,大骨	水果	冬瓜雞湯 冬瓜,香菇,雞丁,紅棗	3	2.3	1.8	2	0	1.8	629
4月15日	三	水果拼盤 水果2種	中華炒麵+香滷豬排+應青+蘿蔔大骨湯 黃油麵,高麗菜,紅蘿蔔,木耳,肉絲+蒜味豬排+應青+白蘿蔔,大骨					水果	乾拌水餃*5	3.5	2.8	1.3	2	0	1.8	689
4月16日	四	水果拼盤 水果2種	五穀飯	三杯雞 雞丁,米血,整條鮑菇,九層塔	焗烤洋芋 馬鈴薯,洋蔥,培根,乳酪絲	應青	肉骨茶湯 肉骨茶包,青木瓜,大骨	水果	紅豆餐包+福樂鮮乳	4.5	1.3	1.1	2	0.7	2	734
4月17日	五	校外教學停餐														
4月20日	一	水果拼盤 水果2種	海苔飯	麻婆豆腐 豆腐,三丁,香菇	番茄炒蛋 番茄,蛋	應青	冬菜粉絲湯 冬菜,冬粉,大白菜,木耳	-	銀絲捲+豆漿	4	2	1.3	1	0	2	613
4月21日	二	香蕉或個份水果	糙米飯	青花炒肉片 肉片,青花菜	冬瓜燴菇 冬瓜,整條鮑菇,木耳	應青	豆薯肉絲湯 豆薯,肉絲	水果	雞蛋麵線湯 白麵線,蛋,高麗菜	4	1.7	1.8	2	0	1.8	654
4月22日	三	水果拼盤 水果2種	日式炒烏龍+蒲燒鯛魚+應青+海芽金菇湯 烏龍麵,紅蘿蔔,肉絲,小白菜+蒲燒鯛魚+應青+海帶芽,金針菇,大骨					水果	關東煮 蘿蔔,油豆腐,甜條,玉米,柴魚片	3.2	2.4	1.4	2	0	1.8	640
4月23日	四	水果拼盤 水果2種	小米飯	親子丼 雞丁,洋蔥,蛋,海苔絲	毛豆干丁 豆干丁,毛豆仁,紅蘿蔔,玉米筍	應青	黃瓜魚丸湯 大黃瓜,魚丸	水果	起司條麵包+味全鮮乳	4	2.5	1.1	2	0.7	1.8	780
4月24日	五	水果拼盤 水果2種	麥片飯	京醬肉絲 肉絲,小黃瓜,甜麵醬	玉米鮮菇 玉米粒,紅蘿蔔,香菇	應青	青菜蛋花湯 小白菜,蛋	水果	藍莓優格	3.3	1.4	1.3	2	0.5	1.8	630
4月27日	一	水果拼盤 水果2種	藜麥飯	塔香素雞 素雞,小黃瓜,玉米筍,九層塔	洋蔥炒蛋 洋蔥,蛋	應青	冬瓜鮮菇湯 冬瓜,香菇	水果	水煮玉米*1+麥茶	3.4	1.7	1.5	2	0	2	613
4月28日	二	香蕉或個份水果	糙米飯	魚丁燴豆腐 旗魚丁,豆腐,蔥	炒雙花 青花菜,白花菜,紅蘿蔔	應青	南瓜肉絲湯 南瓜,肉絲	水果	貢丸湯 貢丸*2,白蘿蔔	3	2.8	1.5	2	0	1.8	659
4月29日	三	水果拼盤 水果2種	高麗菜炊飯+香滷雞排+應青+蕃茄蛋花湯 高麗菜,乾香菇,紅蘿蔔,肉絲+生鮮雞排+慶青+蕃茄,蛋					水果	肉燥拌麵 白扁麵,絞肉,豆芽菜	4.2	2.1	1.4	2	0	1.8	688
4月30日	四	水果拼盤 水果2種	紫米飯	麻油雞 雞丁,冬瓜,枸杞	鮮蔬粉絲 冬粉,高麗菜,紅蘿蔔,絞肉	應青	味噌海芽湯 味噌,海帶芽,洋蔥	水果	可頌+統一鮮乳	4	1.4	1.4	2	0.7	2	714

※依合約規範：生鮮豬肉、雞肉皆使用具CAS證明之產品。

菜單設計：營養師 陳丙安

主管：幼兒園部主任 劉芷莹