

崇學國小附幼 4 月份餐點表

日期		上午	食材明細	下午	食材明細	水果
4/1	三	葡萄饅頭+豆漿	葡萄乾. 麵粉. 黃豆	蔬菜餛飩湯	小白菜. 餛飩	芭樂
4/2	四	麻油肉絲冬粉湯	豬肉. 高麗菜. 冬粉	枸杞銀耳	白木耳. 冰糖	小番茄
4/7	二	燕寶粥	燕餃. 紅蘿蔔. 玉米. 白米	冬瓜粉圓	冬瓜茶. 粉圓	蓮霧
4/8	三	銀絲卷+豆漿	黃豆. 麵粉. 奶油. 酵母	關東煮	黑輪. 魚丸. 豆腐. 海帶. 白蘿蔔	小番茄
4/9	四	酸辣湯	木耳. 紅蘿蔔. 金針菇. 豆腐. 肉絲	香椿抓餅+麥茶	麵粉. 沙拉油. 香椿. 大麥	香瓜
4/10	五	巧達濃湯	紅蘿蔔. 雞蛋. 杏鮑菇. 玉米. 馬鈴薯	麵包+鮮奶	麵粉. 奶油. 雞蛋. 酵母	蓮霧
4/13	一	蕃茄蔬菜麵	洋蔥. 番茄. 高麗菜. 三色豆. 麵條	奶油餅+冬瓜茶	麵粉. 奶油. 雞蛋. 冬瓜磚	香瓜
4/14	二	雞蓉玉米粥	雞肉. 高麗菜. 玉米. 白米	綠豆湯	綠豆	芭樂
4/15	三	鍋貼+豆漿	高麗菜. 絞肉. 蔥	浮水魚羹	魚羹. 筍絲. 高麗菜	蓮霧
4/16	四	滷蛋+海帶湯	雞蛋. 海帶	蘿蔔糕+麥茶	在來米. 菜頭. 絞肉. 大麥	小番茄
4/17	五	肉絲蛋麵線	肉絲. 雞蛋. 紅麵線. 高麗菜	蛋糕+鮮奶	麵粉. 奶油. 雞蛋. 酵母	芭樂
4/20	一	味增拉麵	拉麵. 豬肉. 小白菜	檸檬愛玉	檸檬. 愛玉	蓮霧
4/21	二	虱目魚粥	虱目魚. 米. 芹菜	珍珠丸子+冬瓜茶	糯米. 豬肉. 玉米. 冬瓜磚	芭樂
4/22	三	南瓜雜糧饅頭+豆漿	南瓜. 五穀. 麵粉. 黃豆	蔬菜排骨湯	排骨. 青菜.	小番茄
4/23	四	炒冬粉	冬粉. 豬肉. 高麗菜. 紅蘿蔔. 木耳	紅豆薏仁湯	紅豆. 薏仁	蓮霧
4/24	五	水餃	高麗菜. 絞肉. 蔥. 麵粉	麵包+鮮奶	麵粉. 奶油. 雞蛋. 酵母	芭樂
4/27	一	烏龍湯麵	烏龍麵. 豬肉. 白菜. 蛤蠣	鬆餅+麥茶	雞蛋. 麵粉. 奶油. 大麥	蓮霧
4/28	二	鮮菇蔬菜粥	鮮菇. 高麗菜. 豬肉. 白米	小白菜虱目魚丸湯	白菜. 魚丸	小番茄
4/29	三	紅豆包+豆漿	紅豆. 黃豆. 麵粉. 奶油. 酵母	壽司+冬瓜茶	白米. 海苔. 肉鬆. 雞蛋. 芝麻. 冬瓜磚	香瓜
4/30	四	鍋燒意麵	意麵. 魚丸. 肉絲. 白菜. 蛤蠣	仙草蜜	仙草	芭樂

※點心設計以低油、低鹽、低糖及高纖維、高鈣之三低二高為原則，以符合六大類營養素熱量來源比例，均衡攝取各類食物

※每日餐點均含全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物

※本園點心食材一律使用本土國產肉品

※因應低碳校園生活，每週三為蔬食日

承辦人：

教師陳慧婷

園主任：

教師兼附設幼兒園主任 侯宜寧

園戳章：

