

臺南市北區文元國小附幼113年4月點心
(每天皆供應水果，其中二、四由午餐供應-依時節及供貨調整，全部使用國產豬肉)

日期	星期	早點	品名	食材內容	品名	食材內容	午點	品名	食材內容	品名	食材內容	水果
4月1日	一	早點	全麥饅頭	全麥麵粉	米漿	花生, 白米	午點	水果優格	水果 優格			芭樂
4月2日	二	早點	雞蓉玉米粥	雞肉, 玉米粒, 胡蘿蔔, 白米			午點	小西點	麵粉 奶油	牛奶	牛奶	午餐水果
4月3日	三	早點	煎餃	水餃皮、豬絞肉	豆漿	黃豆	午點	烤蕃薯	蕃薯	牛奶	牛奶	蘋果
4月4日	四	早點	清明節/兒童節				午點	清明節/兒童節				
4月5日	五	早點	彈性放假				午點	彈性放假				
4月8日	一	早點	擔仔麵	油麵, 肉絲, 豆芽菜, 高麗菜, 胡蘿蔔			午點	水果	水果	牛奶	牛奶	鳳梨
4月9日	二	早點	奶油土司	奶油, 土司	玉米濃湯	洋蔥, 玉米粒, 胡蘿蔔, 雞	午點	杯子蛋糕	麵粉 奶油 糖	牛奶	牛奶	午餐水果
4月10日	三	早點	蔬菜鮮肉粥	高麗菜, 肉絲, 木耳, 胡蘿蔔, 白米			午點	水果優格	水果 優格			香蕉
4月11日	四	早點	紫米珍珠丸	黑秈糯米, 豬絞肉, 玉米粒	枸杞紅棗茶	枸杞, 紅棗	午點	豆沙包	紅豆, 麵粉	麥茶	麥茶	午餐水果
4月12日	五	早點	生日蛋糕	麵粉、鮮奶油、水果、布丁	鮮奶	鮮奶	午點	麥片鮮奶	玉米片 鮮奶			木瓜
4月15日	一	早點	港式蘿蔔糕	白蘿蔔, 在來米, 肉燥, 蝦米	薏仁漿	薏仁	午點	水果	水果	牛奶	牛奶	蘋果
4月16日	二	早點	清粥小菜	豬肉酥, 豆漿, 雞蛋, 地瓜, 白米			午點	蒸玉米	玉米			午餐水果
4月17日	三	早點	漢堡	漢堡肉, 漢堡包	豆漿	黃豆	午點	紅豆湯圓	紅豆、湯圓			奇異果
4月18日	四	早點	土司夾蛋	雞蛋, 土司	豆漿	黃豆	午點	銀絲捲	雞蛋, 鮮奶, 麵粉	蜜茶	蜂蜜	午餐水果
4月19日	五	早點	鍋燒意麵	高麗菜, 意麵, 肉絲, 魚丸, 雞蛋			午點	起士麵包	麵粉、奶油、起士	牛奶	牛奶	芭樂
4月22日	一	早點	香菇肉羹	香菇, 肉羹, 高麗菜, 胡蘿蔔			午點	水果優格	水果 優格			番茄
4月23日	二	早點	碗粿	鴨蛋黃, 肉燥, 在來米	味噌湯	豆腐, 味噌	午點	小西點	麵粉 奶油	牛奶	牛奶	午餐水果
4月24日	三	早點	肉包	豬絞肉, 麵粉	豆漿	黃豆	午點	水果	水果	牛奶	牛奶	香蕉
4月25日	四	早點	藍莓土司	藍莓果醬, 土司	枸杞紅棗茶	枸杞, 紅棗	午點	花捲	青蔥, 麵粉	決明子茶	決明子	午餐水果
4月26日	五	早點	粿條湯	粿仔條, 豆芽菜, 肉絲, 胡蘿蔔, 高麗菜			午點	小餐包	麵粉、奶油	牛奶	牛奶	蘋果
4月29日	一	早點	南瓜鮮肉粥	南瓜, 肉絲, 木耳, 胡蘿蔔, 白米			午點	水果優格	水果 優格			芭樂
4月30日	二	早點	小籠湯包	豬絞肉, 麵粉	麥茶	麥茶	午點	綠豆湯	綠豆 糖			午餐水果

臺南市北區文元國小113年4月份營養午餐



※菜色僅供參考，遇特殊狀況(颱風、退貨、停水、停電)變動食譜一律使用國產豬肉

★表示此道菜色有使用到海鮮(或魚露或柴魚片)，對海鮮過敏者請自行斟酌

No	日期	星	主食	副食一	副食二	副食三	湯	水果
01	113.04.01	一	胚芽米飯	義式蕃茄燉肉	黃瓜肉絲	炒有機蔬菜	海芽蛋花湯	
02	113.04.02	二	米飯	腰果雞丁	繽紛樂煮豆腐★	燙萵苣	大頭菜排骨湯	水果
03	113.04.03	三	米粥	大亨堡麵包	德式香腸		雞茸玉米粥配	鮮乳
04	113.04.08	一	小米飯	日式南瓜燉肉	回鍋干片	炒有機蔬菜	關東煮湯★	
05	113.04.09	二	紅藜飯	豆乳雞	絲瓜麵線	枸杞菠菜	榨菜肉絲湯	水果
06	113.04.10	三	白油麵	義大利白醬料★	燙青花菜		番茄蛋花湯	優酪乳
07	113.04.11	四	燕麥飯	蒜泥白肉	蜜汁杏鮑菇	燙有機蔬菜	冬菜雞粉湯	
08	113.04.12	五	米飯	蘿蔔燒雞	香菇蒸蛋	醋溜花瓜	山藥排骨湯	
09	113.04.15	一	胚芽米飯	筍片排骨	韓式拌冬粉	炒有機蔬菜	黃瓜排骨湯	
10	113.04.16	二	小米飯	梅醬雞	豆腐扒雙菇	蒜香油菜	四神湯	水果
11	113.04.17	三	米飯	蝦仁炒飯配料★	蒜苗炒高麗菜		冬瓜盅	鮮乳
12	113.04.18	四	五穀飯	滷香豬排	芹菜干絲	炒有機蔬菜	三絲湯	水果
13	113.04.19	五	米飯	三杯魚丁★	紅蘿蔔炒蛋	香蔥花椰	冬瓜山粉圓	
14	113.04.22	一	紅藜飯	紹興滷肉	豆芽炒肉絲	炒有機蔬菜	金菇紫菜湯	
15	113.04.23	二	米飯	雞肉絲飯料	滷蛋	白菜滷	白菜魚丸湯★	水果
16	113.04.24	三	白油麵	紅燒豬肉麵配料	煎餃			豆漿
17	113.04.25	四	小米飯	照燒雞腿	黃瓜干貝(鳩)★	燙有機蔬菜	玉米濃湯	水果
18	113.04.26	五	米飯	酸甜炒小卷★	蜜汁豆干	蒜香空心菜	香菇冬瓜湯	
19	113.04.29	一	胚芽米飯	高昇排骨	玉米薯丁	燙有機蔬菜	蘿蔔珍菇湯	
20	113.04.30	二	小米飯	瓜仔雞	絲瓜炒蛋	涼拌海帶根	狗尾排骨湯	水果

