

基隆市立安心幼兒園 111 年 4 月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀	豆魚	蔬	水
										雜糧	肉蛋	菜	果
1	五	冬菜冬粉湯	薏仁飯	糖醋魚柳	腐皮燴鮮菇	季節鮮蔬	髮菜豆腐湯	時令水果	蛋塔	◆	◆	◆	◆
6	三	麵線湯	糙米飯	京醬肉絲	味噌馬鈴薯	季節鮮蔬	關東煮湯	時令水果	銀絲卷	◆	◆	◆	◆
7	四	慶生蛋糕/紅棗枸杞茶	蕎麥飯	香菇雞丁	四季豆炒蛋	季節鮮蔬	冬瓜排骨湯	時令水果	水煮玉米	◆	◆	◆	◆
8	五	奶油蘑菇濃湯	地瓜飯	豆鼓魚片	大黃瓜炒竹輪	季節鮮蔬	蒜香雞湯	時令水果	香甜布丁	◆	◆	◆	◆
11	一	小菜包/低糖豆漿	義大利番茄麵		涼拌金針菇	季節鮮蔬	南瓜濃湯	時令水果	蘿蔔糕湯	◆	◆	◆	◆
12	二	瘦肉粥	胚芽飯	西芹炒雞柳	螞蟻上樹	季節鮮蔬	筍片肉絲湯	時令水果	綜合滷味	◆	◆	◆	◆
13	三	香菇麵	燕麥飯	梅乾菜蒸肉	金沙筴白筍	季節鮮蔬	莧菜小魚湯	時令水果	薑汁豆花	◆	◆	◆	◆
14	四	草莓麵包/桂圓茶	芝麻飯	雙薯燉肉	蒜茸素雞片	季節鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令水果	餛飩湯	◆	◆	◆	◆
15	五	米粉湯	薏仁飯	豆瓣鯛魚	客家小炒	季節鮮蔬	蘿蔔排骨湯	時令水果	奶酪	◆	◆	◆	◆
18	一	芋泥饅頭/米漿	素滷肉飯		雪菜豆乾丁	季節鮮蔬	海帶芽蛋花湯	時令水果	蔬菜通心粉湯	◆	◆	◆	◆
19	二	糙米排骨粥	紫米飯	三杯雞	紅燒冬瓜	季節鮮蔬	玉米菠菜湯	時令水果	燒賣	◆	◆	◆	◆
20	三	麵疙瘩湯	糙米飯	味噌豬肉	糖醋甜不辣	季節鮮蔬	紅棗雞湯	時令水果	綠豆湯	◆	◆	◆	◆
21	四	奶油麵包/牛奶	蕎麥飯	洋芋雞肉	番茄炒蛋	季節鮮蔬	木須肉絲湯	時令水果	紫菜湯餃	◆	◆	◆	◆
22	五	米苔目湯	地瓜飯	筍絲魚丁	金針菇炒絲瓜	季節鮮蔬	酸辣湯	時令水果	鮮奶脆片	◆	◆	◆	◆
25	一	奶皇包/豆漿	胚芽飯	醬爆素肉	涼拌木耳花椰菜	季節鮮蔬	番茄蛋花湯	時令水果	絲瓜麵線湯	◆	◆	◆	◆
26	二	魚片粥	燕麥飯	和風豬柳	合菜帶帽	季節鮮蔬	酸菜粉絲湯	時令水果	檸檬愛玉	◆	◆	◆	◆
27	三	板條湯	芝麻飯	茶香雞腿	滷蛋	季節鮮蔬	山藥蓮子湯	時令水果	蒸芋頭糕	◆	◆	◆	◆
28	四	香蒜麵包/牛奶	薏仁飯	橙汁豬肉	芝麻拌海芽	季節鮮蔬	魚丸湯	時令水果	豆干包	◆	◆	◆	◆
29	五	大麵炒	紫米飯	豆酥魚片	玉米豆乾丁	季節鮮蔬	竹筍仁雞湯	時令水果	仙草蜜	◆	◆	◆	◆

※配合健康飲食概念，本園提供少油炸、少鹽、少糖等事宜口味。

※餐點以時令季節盛產食材為主，因本園依當日狀況進行調整菜單，若有異動請多包涵。

※配合世界環境日愛護地球，每周一為環保日(蔬食日)。

※本園使用國產豬肉食材