

臺北市大安區建安國民小學附設幼兒園 110 學年度 4 月份菜單

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
4/1	五	蝦仁羹麵	潤餅捲 玉米排骨湯	桑葚藍莓麵包 鮮奶
4/4	一	兒童節 清明節 放假		
4/5	二			
4/6	三	奶香葡萄麵包 鮮奶	廣州炒飯 高麗菜 鮮菇雞湯	蘿蔔糕湯
4/7	四	虱目魚片粥	鮮筍燒肉 牛蒡甜不辣 有機青菜 菜心貢丸湯	抓餅 鮮麥奶茶
4/8	五	大腸麵線羹	塔香鯛魚 香蔥蛋 地瓜葉 花菜肉片湯	蔓越莓貝果 鮮奶
4/11	一	起司吐司 鮮奶	油飯 有機青菜 番茄排骨湯	烤地瓜
4/12	二	校外教學美味餐盒		
4/13	三	貢丸意麵	高麗菜鮮肉水餃 炒萵苣 豆腐味噌湯	香椿抓餅 蜂蜜檸檬
4/14	四	饅頭夾蛋 黑豆漿	梅子燒雞 蝦仁豆腐 炒三絲 菠菜豬肝湯	燴鍋麵
4/15	五	玉米湯餃	香酥魚排 洋蔥炒蛋 有機青菜 山藥排骨湯	起司貝果 堅果飲
4/18	一	岩燒蜂蜜 鮮奶	客家炒板條 紅蘿蔔蛋 牛蒡雞湯	香甜玉米
4/19	二	青菜雲吞湯	糖醋肉 九層塔蛋 咖哩花椰菜 金菇蘿蔔湯	燒賣 牛蒡茶
4/20	三	清粥小菜	鮪魚羹麵 蒜香四季豆 香椿炒蛋	乳牛包 海帶芽湯
4/21	四	豆皮壽司 枸杞茶	栗子燒雞 櫛瓜炒蛋 清炒水蓮 玉米豆腐羹	綜合仙草蜜
4/22	五	香菇羹麵	肉醬通心麵 清炒油菜 彩蔬濃湯	蘋果優格堡 豆漿
4/25	一	小可頌 鮮奶	鮪魚洋蔥 三杯杏鮑菇 青江菜 南瓜豆腐羹	高麗菜雞絲麵
4/26	二	肉羹米粉	粉蒸肉 菜脯蛋 干貝白菜 蘿蔔排骨湯	南瓜饅頭 桂圓紅棗茶
4/27	三	皮蛋瘦肉粥	蘆筍海鮮清炒義大利麵 彩椒花椰 洋蔥濃湯	車輪餅 決明子茶
4/28	四	雞蛋饅頭 酸梅湯	紅燒雞 皮蛋豆腐 有機青菜 蓮子肉片湯	肉醬乾麵
4/29	五	生日蛋糕 燕麥奶	味噌梅花肉 鮮菇燴蛋 蒜香莧菜 黃豆芽番茄湯	優格紅豆麵包 鮮奶

*本園一律使用國產豬肉。

*飯類均採用十錦珍穀、糙米、胚芽米、藜麥、黑米混合搭配食用。

*每日餐點皆採購當季新鮮食材，午餐均附水果，如因應市場供需或特殊狀況而調整餐點，恕不再另行通知，敬請見諒！

*每日餐點調製以黃金比例 3（五穀根莖）：2（蔬果）：1（豆蛋魚肉）為原則。

*以上餐點若因幼兒進食會有過敏現象或因其他因素不能食用，請告知班級導師，以另做調整安排。

*鮮奶豆漿等飲品，皆會稍微退冰再讓幼兒飲用；若室溫低於 25 度時，則會加熱後給予幼兒飲用。



～建安附幼與您一同關心寶貝的健康～

製表人：陳怡靜、鄭竹茵 園主任：

總務主任：

校長：