

臺北市大安區建安國民小學附設幼兒園 113 學年度 4 月份菜單

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
4/01	一	克林姆麵包 牛奶	肉絲炒飯 炙燒雞翅 雙色海帶 青菜 黃瓜雞湯	五彩撈麵
4/02	二	什錦海鮮粥	香Q白飯 糖醋雞丁 螞蟻上樹 青菜 日式味噌湯	椰香紅豆西米露
4/03	三	清粥小菜	燕麥飯 洋蔥爆肉柳 奶香花椰 青菜 肉骨茶湯	優格起司雜糧 鮮奶
4/04	四	兒童節 清明節 放假		
4/05	五			
4/08	一	親子嘉年華補休一天		
4/09	二	素牛角起司堡 牛奶	香Q白飯 茄汁燉肉 奶香玉米炒蛋 青菜 三絲豆腐湯	花枝羹麵線
4/10	三	叉燒包 玄米茶	小米飯 蒜香肉片 雙色洋芋 青菜 綠豆麥片湯	日式關東煮
4/11	四	營養穀片 鮮奶	蔥油雞絲飯 鮮蔬肉絲 金菇海根 青菜 薑絲冬瓜湯	雞蛋小饅頭 柚子茶
4/12	五	味噌蔬菜拉麵	香Q白飯 香筍水煮雞 回鍋干片 青菜 芽菜肉絲湯	蔓越莓核桃麵包 優酪乳
4/15	一	果醬吐司 牛奶	胚芽飯 醃醃滷肉 蒜香高麗 青菜 菌菇豆腐湯	青菜餛飩湯
4/16	二	鮮肉包 黑豆漿	香Q白飯 日式壽喜燒 海苔蒸蛋 青菜 紅豆麥片湯	芋香排骨粥
4/17	三	絲瓜鹹粥	玉米飯 奶香燉雞 肉香蘿蔔 青菜 筍子肉絲湯	車輪餅 決明子茶
4/18	四	南瓜饅頭、養生茶	干丁肉燥麵 照燒豬排 時令鮮瓜 青菜 羅宋湯	雙醬乾麵
4/19	五	員山魚丸米粉	香Q白飯 三杯菇雞 茄汁燒肉丸 青菜 蘿蔔排骨湯	紅藜麥乳酪吐司 鮮奶
4/22	一	經典餐包 牛奶	麥片飯 照燒魚丁 年糕豬 青菜 珍菇什錦湯	珍珠丸 紫菜蛋花湯
4/23	二	乳酪捲 麥茶	芝麻飯 洋芋紅燒雞 塔香豆腐 青菜 薑絲海芽湯	百菇豚肉粥
4/24	三	酸辣湯餃	香Q白飯 豆皮雞肉煲 薑汁燒肉 青菜 番茄蛋花湯	銀絲卷 牛蒡茶
4/25	四	蛋餅 豆漿	小米飯 筍香燉肉 玉米蒸蛋 青菜 綠豆地瓜湯	古早味乾拌麵
4/26	五	生日蛋糕 鮮奶	拿坡里肉醬義大利麵 脆皮雞腿 白綠雙花 青菜 玉米濃湯	藍莓雜糧貝果 米漿
4/29	一	莓果餐包 牛奶	五穀飯 醋溜豬柳 紅燒凍豆腐 青菜 香菇雞湯	越式河粉湯
4/30	二	奶皇包 玉米鬚茶	香Q白飯 蒜香豬排 毛豆 洋芋炒蛋 青菜 味噌海芽湯	香菇鮮筍粥

*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(如:甲殼類、芒果、花生、牛奶羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類、使用硫酸類等及其製品)，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：王秀真、鍾佩諭 園主任：

總務主任：

校長：