

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
4/1	二	鮮奶饅頭 豆漿	糖醋肉 麻婆豆腐 有機青菜 菜心排骨湯	紅豆燕麥粥
4/2	三	地瓜粥	薑汁鯖魚 蕃茄蛋 蒜香地瓜葉 鮮菇雞湯	葡萄吐司 鮮奶
4/3	四	兒童節 清明節 放假		
4/4	五			
4/7	一	親子嘉年華補假		
4/8	二	起士包 牛奶	蒲燒鯛洋蔥蛋 川燙花椰 海帶芽排骨湯	蘿蔔糕湯
4/9	三	營養穀片 鮮奶	高麗菜鮮肉水餃 清炒小白菜 黃瓜肉絲湯	鍋燒意麵
4/10	四	味噌拉麵	白斬雞 白菜豆腐蒸 炒萵苣 番茄蛋花湯	綜合仙草蜜
4/11	五	銀絲卷 麥茶	香煎豬排 日式蒸蛋 有機青菜 山藥排骨湯	青醬起士麵包 豆奶
4/14	一	冰心維也納 牛奶	日式什錦炊飯 滷味五拼 彩蔬高麗菜 肉骨茶雞湯	肉燥乾麵
4/15	二	玉米湯餃	泰式打拋豬 三杯豆腐 鮮菇白菜 味噌肉片湯	珍珠丸 牛蒡茶
4/16	三	清粥小菜	紙包鱸魚 蔥燒豆腐 醬香四季豆 玉米排骨湯	燒賣 紫菜蛋花湯
4/17	四	蔬菜湯麵	油蔥雞 玉米燴蛋 有機青菜 蘿蔔排骨湯	紅豆包 優酪乳
4/18	五	香菇肉末粥	台式煲仔飯 清炒油菜 野菇蝦片湯	起士雜糧吐司 鮮奶
4/21	一	果醬吐司 牛奶	照燒肉片 豆腐溜魚片 青江菜 薏仁排骨湯	油蔥乾麵
4/22	二	榨菜肉絲麵	粉蒸肉餅 馬鈴薯烘蛋 西魯肉 瓜仔雞湯	皮蛋瘦肉粥
4/23	三	鮮肉包 決明子茶	海鮮義大利麵 雙色花椰 南瓜濃湯	蔬菜煎餅
4/24	四	雞蛋饅頭 燕麥奶	橙香魚片 醬燒肉蒸蛋 有機青菜 高麗菜肉片湯	綠豆地瓜湯
4/25	五	生日蛋糕 鮮奶	什錦鹽水雞 酸辣湯	水果多酚麵包 米漿
4/28	一	新月麵包 牛奶	五香肉燥 蜜汁豆腐 清炒A菜 香菇雞湯	茄汁蛋乾拌麵
4/29	二	什錦烏龍麵	蜜汁雞腿 蔥花蛋 蠔油芥藍 蔬菜大骨湯	馬來糕 冬瓜檸檬
4/30	三	豆沙包 紅棗茶	廣州炒飯 蒜香高麗菜 南瓜排骨湯	燕麥佐麥奶茶

*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～