

臺北市大安區建安國民小學附設幼兒園 114 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	三	什錦穀片 鮮奶	日式咖哩雞 鮑菇黑干 木耳花椰 小魚海帶湯	時蔬烏龍麵
4/2	四	寧波年糕湯	潤餅 海帶芽青菜湯	南瓜燕麥粥
4/3	五	兒童節補假		
4/6	一	清明節補假		
4/7	二	親子嘉年華補假		
4/8	三	鹽可頌 鮮奶	白菜燉肉 南瓜滑蛋 炒大頭菜 鮮瓜湯	香菇雞湯麵線
4/9	四	藜麥瘦肉粥	唐揚雞 金粒花椰 咖哩肉醬 豆腐湯	蘋果銀耳羹
4/10	五	蛋花湯餃	蒜味豚肉煲 玉米炒蛋 螞蟻上樹 紅豆紫米湯	青醬起士雜糧 鮮奶
4/13	一	小可頌 鮮奶	肉絲蛋炒飯 嫩汁雞翅 金瓜肉片 醬燒鮮瓜 蘿蔔湯	肉醬通心粉
4/14	二	鍋燒意麵	南洋咖哩豬 菇菇炒蛋 拌炒海帶絲 玉米濃湯	八寶粥
4/15	三	芋泥包 黑豆茶	糖醋雞丁 麻婆豆腐 雙色花椰 薑絲海芽湯	水煮玉米
4/16	四	清粥小菜	韓式燒肉 海苔蒸蛋 熱炒甘藍 山粉圓甜湯	饅頭夾蛋 豆漿
4/17	五	什錦湯板條	蒲燒鯛魚 蜜汁豆干 嫩汁白菜 番茄蛋花湯	鮭魚起司 鮮奶
4/20	一	紅豆吐司 鮮奶	白醬螺旋麵 醬燒豬排 彩蔬花椰 地瓜薯條 昆布雞湯	番茄蛋拌麵
4/21	二	蘿蔔糕 青菜蛋花湯	鹹酥雞 毛豆蒸蛋 佃煮蘿蔔 燒仙草	燒仙草
4/22	三	紅豆包 蕎麥茶	蜜汁燒肉 義式翅小腿 時蔬炒白菜 酸辣湯	滷味拼盤 紫菜湯
4/23	四	瓠瓜鹹粥	安東燉魚 炒高麗 什錦豆腐 白玉排骨湯	綠豆沙西米露
4/24	五	生日蛋糕 鮮奶	蒙古烤肉 香Q滷蛋 木耳銀芽 薏仁洋芋湯	起司核桃 燕麥奶
4/27	一	蔓越莓乳酪 鮮奶	韓式洋釀魚 酢醬肉燥 清炒時瓜 海芽味噌湯	粗米粉湯
4/28	二	海鮮麵	青醬義大利麵 香烤小雞腿 麥克雞塊 翠炒甘藍 巧達濃湯	紅豆鮮奶麥片
4/29	三	芝麻包 決明子茶	蜂蜜咖哩雞 蘿蔔煮鳥蛋 蒜香花椰 肉骨茶湯	關東煮
4/30	四	糙米排骨粥	燒烤醬炒肉 洋芋炒蛋 三杯海根 粟米嫩雞湯	蒸地瓜

\*本園一律使用國產豬肉。

\*飯類均採用什錦珍穀、糙米、胚芽米、藜麥、紫米等混合搭配食用。

\*每日餐點皆有標章或有機蔬菜，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，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：江明芝 蔡佳吟 園主任：

總務主任：

校長：