

新北市私立裕德藝術幼兒園114年度第二學期四月份餐點表

日期	早餐	午餐									午點	全穀雜糧類 份數	油脂類 份數	蔬菜類 份數	乳品類 份數	水果類 份數	豆魚蛋肉類 份數	熱量 卡
		主食	主菜	副菜二	青菜	湯	水果											
4/1(三)	可頌麵包 溫牛奶	五穀飯	梅菜控肉	梅乾菜、大頭菜、黑豬肉角	日式蒸蛋	雞蛋、魚板絲、香菇	有機青菜	白菜肉片湯	大白菜、黑豬肉片	水果	紅棗銀耳羹	4.0	1.5	2.0	0.0	0.3	2.4	559.5
4/2(四)	皮蛋瘦肉粥	白飯	豆豉蒸魚	鯛魚片、豆豉、蔥花	起司洋芋煲	洋芋、紅蘿蔔丁 奶油、奶粉、洋蔥	有機青菜	野菇蔬菜湯	鴻喜菇、美白菇 洋蔥、柴魚片	水果	奶酥餐包 冬瓜茶	4.5	1.7	1.5	0.8	0.3	2.0	687.0
4/3(五)																		
4/6(一)																		
4/7(二)	古早味鹹粥	五穀飯	壽喜燒肉	黑豬梅花肉片、茼蒿 紅蘿蔔、洋蔥	螞蟻上樹	高麗菜、紅蘿蔔、冬粉 芹菜、黑豬絞肉	有機青菜	菜脯燉雞湯	雞腿肉、香菇、菜脯	水果	叉燒包 柚子茶	4.3	1.6	2.1	0.0	0.3	1.5	533.5
4/8(三)	全麥芝心麵包 溫牛奶	白飯	咖哩肉片	黑豬肉片、馬鈴薯、蘋果、咖哩	農家小炒	高麗菜、洋蔥、鹹豬肉 香腸、蒜苗	有機青菜	海芽排骨湯	海帶芽、黑豬排骨	水果	紅豆湯圓	4.3	1.6	2.1	0.0	0.3	1.5	533.5
4/9(四)	蔬菜肉末粥	白飯	沙茶雞丁	雞腿肉、九層塔 紅椒、杏鮑菇	姑姑蒸蛋	雞蛋、金針菇、香菇絲	有機青菜	紅燒排骨湯	番茄、洋蔥 白蘿蔔、黑豬排骨	水果	玉米烤餅 冬瓜茶	5.0	1.3	1.5	0.8	0.3	2.0	704.0
4/10(五)	南瓜紅豆包 豆漿	白飯	豆酥魚片	豆酥、鯛魚片	蔥燒肉末豆腐	蔥、黑豬絞肉、豆腐	有機青菜	香菇雞湯	香菇、雞胸肉	水果	三明治 仙草茶	4.3	1.5	1.3	0.0	0.3	2.1	545.0
4/13(一)	蔓越莓吐司 溫牛奶	白飯	蘿蔔燒雞	雞腿肉、白蘿蔔 杏鮑菇、紅蘿蔔	三色干丁	豆乾丁、紅蘿蔔、毛豆、玉 米	有機青菜	大瓜魚丸湯	魚丸、大黃瓜、黑豬排骨	水果	台式米粉	4.8	1.8	2.0	0.8	0.3	1.6	701.0
4/14(二)	廣東粥	五穀飯	古早味滷肉	黑豬五花、白蘿蔔、茼蒿	白菜寧波年糕	大白菜、寧波年糕、木耳	有機青菜	番茄蛋花湯	番茄、雞蛋	水果	油飯 雙花甘草茶	4.0	1.6	2.0	0.0	0.3	2.3	558.0
4/15(三)	紅豆麵包 溫牛奶	白飯	南瓜雞丁	雞腿肉、洋蔥、南瓜	開陽冬瓜	冬瓜、蝦米	有機青菜	肉骨茶片湯	大白菜、金針菇 肉骨茶包、黑豬肉片	水果	桂圓紫米粥	4.9	1.7	1.8	0.8	0.3	1.6	698.5
4/16(四)	玉米雞蓉粥	白飯	麻香菇菇肉片	黑豬肉片、杏鮑菇、麻油、枸杞	什錦炒海絲	海帶絲、黑豬肉絲、紅蘿蔔	有機青菜	玉米海結湯	海帶結、玉米粒、黑豬排骨	水果	蘿蔔糕 麥仔茶	5.1	1.7	1.5	0.0	0.3	2.5	639.0
4/17(五)	鮮肉包 豆漿	白飯	破布子蒸魚	魚片、板豆腐、破布子	松露鮮菇拌飯	白飯、雞蛋、松露 木耳、紅蘿蔔、杏鮑菇	有機青菜	羅宋湯	高麗菜、番茄、洋蔥、西洋芹	水果	壽桃 紅棗枸杞茶	5.0	1.8	1.4	0.0	0.4	3.0	670.0
4/20(一)	紫米桂圓吐司 溫牛奶	白飯	蘋果咖哩雞	雞腿肉、馬鈴薯、蘋果、咖哩	蛤蜊絲瓜	絲瓜、蛤蜊、枸杞	有機青菜	大滷湯	黑豬肉絲、大白菜、豆腐 竹筍、木耳、雞蛋	水果	滑蛋雞絲麵	5.0	1.8	1.7	0.8	0.3	2.2	743.5
4/21(二)	山藥香菇粥	五穀飯	無骨雞排	雞排	肉末蒸蛋	黑豬絞肉、雞蛋	有機青菜	山藥肉片湯	山藥、黑豬肉片	水果	水煮玉米 決明子茶	4.4	1.6	2.0	0.0	0.4	1.4	538.0
4/22(三)	金牛角 溫牛奶	白飯	蒜泥白肉	黑豬五花、蒜泥、洋蔥 薑絲、香油、豆芽菜	鐵板豆腐	豆腐 洋蔥、玉米筍	有機青菜	白菜三絲湯	大白菜、紅蘿蔔 木耳、黑豬排骨	水果	關東煮	5.0	1.6	1.5	0.8	0.3	1.8	705.5
4/23(四)	地瓜高麗菜粥	白飯	馬鈴薯燉雞腿	馬鈴薯、紅蘿蔔 洋蔥、雞腿肉	四季豆炒三絲	四季豆、金針菇 木耳、紅蘿蔔	有機青菜	肉羹湯	肉羹、筍絲、香菇	水果	麥克雞塊 麥仔茶	5.5	1.5	1.5	0.0	0.3	2.3	646.0
4/24(五)	紅糖饅頭 豆漿	白飯	蠔油肉片	黑豬肉片、玉米筍 木耳、紅蘿蔔、小黃瓜	姑姑燒芋頭	香菇、秀珍菇、芋頭	有機青菜	黃瓜魚丸湯	大黃瓜、黑豬排骨、小魚丸	水果	蜂蜜蛋糕 洛神花茶	4.8	1.5	2.2	0.0	0.3	2.0	596.5
4/27(一)	奶酥吐司 溫牛奶	白飯	親子雞肉丼	雞腿肉、洋蔥、雞蛋、青蔥	三菇彩椒佐豆皮	豆皮、彩椒、鴻喜菇 美白菇、洋菇	有機青菜	青菜豆腐湯	小白菜、豆腐	水果	香菇麵線糊	4.8	1.7	2.0	0.8	0.3	1.6	696.5
4/28(二)	肉絲雞蛋粥	五穀飯	梅干扣肉	梅乾菜、黑豬五花	什錦蒲瓜	蒲瓜、蝦米、枸杞、鴻喜菇	有機青菜	味噌湯	味噌、豆腐、蔥花	水果	烤地瓜 冬瓜茶	5.3	1.7	1.6	0.0	0.3	2.0	625.5
4/29(三)	草莓麵包 溫牛奶	白飯	蒜香魚片	蒜泥、鯛魚片	香菇肉燥	黑豬絞肉、香菇、油蔥	有機青菜	酸辣湯	竹筍、豆腐、黑豬肉絲 木耳、雞蛋	水果	八寶粥	4.8	1.8	1.7	0.8	0.3	2.0	717.5
4/30(四)	什錦蔬菜粥	白飯	鳳梨雞丁	雞胸肉、洋蔥、鳳梨塊	玉米炒蛋	玉米、雞蛋	有機青菜	冬瓜大骨湯	冬瓜片、黑豬軟骨、薑絲	水果	奶油餐包 麥仔茶	5.5	1.5	1.5	0.0	0.3	2.3	646.0

本校採用下列廠商食品：包子類(國光) 鮮奶(義美) 麵包(愛美士西點麵包) 冷凍食品類(CAS認證) 豬肉(泓霖、豐得) 雞肉(洽富氣冷雞)、海鮮、非基改豆腐(龍泉果菜行) 青菜(大藝有機蔬菜農場) 營養師：李翊瑄  
 午餐後皆備有時令水果 本校無使用輻射產品 本校使用豬肉產地為臺灣