

早68+1、午68+1

日期	星期	主食	菜 餚										備 註				
			菜 名	材 料	公 斤 重	材 料	公 斤 重	食物份數									
								全穀根莖類	豆魚肉蛋類	油脂乳品類	蔬菜類	水果類		類油脂類	果糖類	(g)	熱量
4月5日	一	早點	兒童節連假										0.0				
													0.0				
4月6日	二	早點	咖哩粉絲湯	冬粉 豬絞肉 洋蔥	1.5 1 1.2	馬鈴薯 咖哩塊(不辣) 紅蘿蔔	2.4 1盒 0.3	1.4	0.4	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	133.0	
			雞塊	雞塊	207個			0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	144.0	水果1種	
4月7日	三	早點	茄汁義大利麵	義大利麵 豬絞肉 洋蔥	5包 1.5 0.6	冷凍花椰菜 義大利麵醬	1 3瓶	1.8	0.6	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0	185.0		
			綜合滷味	白蘿蔔 甜不辣條 百頁豆腐	3 1.5 1	杏鮑菇 滷包	1 1小包	0.3	0.2	0.0	0.6	1.0	0.0	0.0	111.0	水果1種	
4月8日	四	早點	雞茸玉米粥	雞絞肉 玉米粒 高麗菜	1 3小罐 2			2.2	0.4	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	191.5		
			綠豆薏仁甜湯	綠豆 薏仁 二砂糖	2 1 1	(前一天送) (前一天送)		1.7	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	10.0	219.0	水果1種	
4月9日	五	早點	小兔包	小兔包	69個			1.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	130.0	慶生會	
			鮮奶	鮮奶	1L*9												
4月9日	五	午點	四神排骨湯	小排丁 四神包 小薏仁	3 1包 0.3			0.2	1.1	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	156.5	水果1種	
			水果	水果	69份												

營養標準參照

衛生福利部 國民健康署「幼兒一日飲食建議量」
本園一律使用國產豬肉食材

早68+1、午68+1

日期	星期	主食	菜 餚										備 註			
			菜 名	材 料	公 斤 重	材 料	公 斤 重	食物份數								
								全穀根莖類	豆魚肉蛋類	低脂乳品類	蔬菜類	水果類		類油脂類	果糖類	(g)
4月12日	一	早點	雞絲麵	雞絲麵 豬肉絲 小白菜	6包 1 1	黑木耳 紅蘿蔔	0.3 0.3	1.7	0.4	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	154.0	
			什錦豆腐羹	板豆腐1.2K 豬肉片 金針菇	2盒 1 0.6	魚板 黑木耳 筍籤	0.4 0.3 0.3									
		水果	水果	69份	太白粉	0.6										
4月13日	二	早點	關東煮	小貢丸 竹輪 油豆腐丁	1 1.2 1	甜不辣條 白蘿蔔	1 3	0.2	0.8	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	84.0	
			鮮枝捲+魚丸湯	鮮枝捲 魚丸 芹菜	69條 2.5 0.2											
		水果	水果	69份												
4月14日	三	早點	排骨酥麵	油麵 排骨酥 豆芽菜	3 2.5 1	韭菜 香菜	0.2 0.1	1.0	0.9	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	142.5	
			茶葉蛋	雞蛋 茶葉蛋滷包	70個 1盒											
		水果	水果	69份												
4月15日	四	早點	台式鹹粥	豬肉絲 生香菇 蝦米	1 0.8 0.1	高麗菜 紅蘿蔔	1.6 0.3	2.0	0.5	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	187.5	
			大黃瓜雞湯	雞腿丁 大黃瓜 薑絲	3 3 0.1	枸杞	0.1									
		水果	水果	69份												
4月16日	五	早點	麵包	麵包	69個			2.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	215.0		
			豆漿	豆漿 豆漿	2L*4 1L*1											
		午點	芋頭西米露	冷凍芋頭丁 西谷米 鮮奶	3 1 1L*2	二砂糖	1	1.8	0.0	0.1	0.0	1.0	0.0	10.0	238.0	水果 1種
			水果	水果	69份											

營養標準參照

衛生福利部 國民健康署「幼兒一日飲食建議量」

本園一律使用國產豬肉食材

早68+1、午68+1

日期	星期	主食	菜 餚										備 註				
			菜 名	材 料	公 斤 重	材 料	公 斤 重	食 物 份 數									
								全 穀 根 莖 類	豆 魚 肉 蛋 類	低 脂 乳 品 類	蔬 菜 類	水 果 類		類 油 脂 類	糖 類	(糖)	熱 量
4月26日	一	早點	油豆腐米粉湯	中粗米粉 油豆腐丁 芹菜珠	4包 1.5 0.2	油蔥酥 高麗菜	1小包 1	1.4	0.3	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	123.0	
			午點	燒賣	燒賣	138個			0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	135.0	
4月27日	二	早點	榨菜肉絲麵	細烏龍麵 豬肉絲 小白菜	3 1 1	青蔥 榨菜絲	0.1 2小包	1.4	0.4	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	133.0		
			午點	餛飩湯	餛飩 青江菜 芹菜珠	138個 1.2 0.2	油蔥酥	1小包	0.0	1.0	0.0	0.2	1.0	0.0	0.0		140.0
4月28日	三	早點	校慶												0.0		
			午點	校慶													0.0
4月29日	四	早點	鮪魚玉米粥	玉米粒 鮪魚罐頭 紅蘿蔔	4小罐 10罐 0.3			2.2	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	221.5		
			午點	蘿蔔排骨湯	白蘿蔔 小排丁 香菜	3 3 0.1			0.0	1.1	0.0	0.4	1.0	0.0	0.0		152.5
4月30日	五	早點	奶黃包	奶黃包	69個			1.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	145.0		
			豆漿	豆漿 豆漿	2L*4 1L*1												
		午點	中華愛玉	中華愛玉	69個			1.2	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	144.0	水果 1種	
			水果	水果	69份												
營養標準參照			衛生福利部 國民健康署「幼兒一日飲食建議量」 本園一律使用國產豬肉食材														