

滿州國小附設幼兒園

四月份營養可口點心食譜

日期		上午點心		下午點心	
		料理名稱	使用食材	料理名稱	使用食材
1	四	慶生蛋糕	古早味蛋糕(無奶油)	冬瓜排骨湯	冬瓜、玉米、排骨
		優酪乳	原味優酪乳	新鮮水果	蘋果
2	五	★兒童節、清明節連假(4/2~4/5)★			
3	六				
4	日				
5	一				
6	二				
		綜合水果盤	蘋果、葡萄		
7	三	時蔬起司蛋餅	高麗菜、玉米、蛋餅皮、起司、雞蛋	八寶甜湯	紅豆、綠豆、薏仁、蓮子、少量砂糖
		豆漿	非基因改造黃豆漿	新鮮水果	芭樂
8	四	牛奶	100%無調整純鮮奶	關東煮	紅白蘿蔔、杏包菇、玉米、香菇
		綜合水果盤	蘋果、芭樂		
9	五	什錦烏龍麵	烏龍麵、紅蘿蔔、香菇、菠菜、雞蛋	肉包	市售醬燒小肉包
		新鮮水果	葡萄	豆漿	非基因改造黃豆漿
10	六	週休二日			
11	日				
12	一	營養蔬菜麵	蒸煮麵、小白菜、秀珍菇、紅蘿蔔	香菇雞湯	杏包菇、香菇、雞肉
		新鮮水果	芭樂		
13	二	優酪乳	原味優酪乳	肉絲蛋炒飯	豬肉、雞蛋、白米、糙米、高麗菜
		綜合水果盤	蘋果、香蕉		
14	三	起司玉米蛋餅	蛋餅皮、雞蛋、玉米粒、起司	日式味噌湯	海帶、味噌、柴魚、豆腐、高麗菜
		米漿	糙米漿	新鮮水果	蘋果
15	四	牛奶	100%無調整純鮮奶	蔬菜拌麵	菠菜、木耳、香菇、玉米粒、麵條
		綜合水果盤	蘋果、葡萄		
16	五	時蔬冬粉	冬粉、小白菜、紅白蘿蔔、香菇	芝麻包	市售黑芝麻包
		新鮮水果	蘋果	豆漿	非基因改造黃豆漿
17	六	週休二日			
18	日				

19	一	紫菜蛋花湯餃	海帶芽、雞蛋、水餃	鮮蔬蒸蛋	雞蛋、香菇、紅蘿蔔、高麗菜、玉米
		新鮮水果	芭樂	米漿	糙米漿
20	二	牛奶	100%無調整純鮮奶	南瓜蔬菜粥	南瓜、高麗菜、紅蘿蔔、白米、糙米
		綜合水果盤	香蕉、芭樂		
21	三	蔥油餅	市售蔥油餅 (以少油烹調)	綠豆薏仁地瓜湯	綠豆、地瓜、薏仁、少量砂糖
		豆漿	非基因改造黃豆豆漿	新鮮水果	小番茄
22	四	牛奶	100%無調整純鮮奶	雞肉鮮蔬湯	雞肉、雞蛋、玉米、高麗菜、香菇、白蘿蔔
		綜合水果盤	蘋果、葡萄		
23	五	海帶豆腐湯	海帶芽、高麗菜、豆腐、雞蛋	滑蛋瘦肉粥	高麗菜、紅蘿蔔、豬肉、香菇、白米、糙米
		新鮮水果	香蕉		
24	六	週休二日			
25	日				
26	一	玉米蔬菜蛋拌飯	玉米、菠菜、雞蛋、白飯、糙米	黑糖小饅頭	市售黑糖小饅頭
		新鮮水果	芭樂	優酪乳	原味優酪乳
27	二	優酪乳	原味優酪乳	雞肉鮮蔬湯	雞肉、雞蛋、玉米、高麗菜、香菇、白蘿蔔
		綜合水果盤	香蕉、蘋果		
28	三	紫菜蛋花湯餃	海帶芽、雞蛋、水餃	八寶甜湯	紅豆、綠豆、薏仁、蓮子、少量砂糖
		新鮮水果	芭樂		
29	四	牛奶	100%無調整純鮮奶	肉絲蛋炒飯	豬肉、雞蛋、白米、糙米、高麗菜
		綜合水果盤	芭樂、蓮霧	米漿	糙米漿
30	五	蔬菜雞蛋麵線	麵線、雞蛋、高麗菜、紅蘿蔔	鮭魚玉米拌飯	鮭魚罐、玉米粒、白米、糙米
		新鮮水果	香蕉	豆漿	非基因改造黃豆豆漿

★本園一律使用國產豬、牛肉食材

★本餐點若遇不可抗力之因素，將略做調整，敬請家長見諒

★幼兒若對任何食物過敏者，請主動告知老師，避免食用後造成身體不適

設計者：張哲瑜

幼兒園廚工：鐘梅玉

幼兒園主任：

校長：