

臺南市立仁德幼兒園111學年第2學期第9週 112.4/10-4/14點食譜表

| 日期   | 中餐    |     |        |           |         | 下午點心    |          |      |
|------|-------|-----|--------|-----------|---------|---------|----------|------|
|      | 餐點    | 乳飲品 | 主食     | 主菜        | 副菜一     | 副菜二     | 湯        | 水果   |
| 4/10 | 奶皇包   |     | 白飯     | 洋蔥燒肉      | 蒜炒高麗菜   | 韭菜炒甜不辣  | 山藥龍骨湯    | 水果   |
|      | 奶皇包   |     | 白米     | 洋蔥、豬腿肉片   | 高麗菜、紅蘿蔔 | 韭菜花、甜不辣 | 山藥丁、龍骨   | 蓮霧   |
|      |       |     |        | 熟白芝麻      | 蒜仁      | 薑絲、蒜仁   |          |      |
| 4/11 | 玉米脆片  | 鮮奶  | 白飯     | 三杯雞       | 蒜炒油菜    | 番茄炒蛋    | 味噌豆腐湯    | 水果   |
|      | 玉米脆片  | 鮮奶  | 白米、米酒  | 去骨雞腿仁、九層塔 | 油菜、蒜仁   | 大番茄、水洗蛋 | 味噌、柴魚、青蔥 | 鳳梨   |
|      |       |     | 糖      | 老薑、杏鮑菇、麻油 |         | 青蔥      | 板豆腐      |      |
| 4/12 | 蜂蜜蛋糕  |     |        | 炒海鮮意麵     |         | 優酪乳     | 冬瓜排骨湯    | 水果   |
|      | 蜂蜜蛋糕  |     | 意麵     | 豬肉絲、蝦仁    | 紅蘿蔔、洋蔥  | 小瓶優酪乳   | 冬瓜丁、排骨   | 哈蜜瓜  |
|      |       |     |        | 蝦仁、小捲     | 高麗菜絲、蔥  |         | 薑絲少許     |      |
| 4/13 | 牛奶小饅頭 | 燕麥奶 | 糙米飯    | 香酥雞米花     | 蔥花蛋     | 菇菇絲瓜    | 魚皮魚丸湯    | 水果   |
|      | 牛奶小饅頭 | 燕麥奶 | 糙米     | 去骨雞胸肉丁、炸粉 | 水洗蛋     | 絲瓜(刨皮)  | 魚丸、魚皮、米酒 | 香吉士  |
|      |       |     | 白米     | 地瓜粉、胡椒鹽   | 蔥、沙拉油   | 鴻喜菇     | 蛤蜊、薑絲    |      |
| 4/14 | 起司蛋糕  |     |        | 醬油炒飯      |         | 韭菜炒豆芽   | 紫菜蛋花湯    | 水果   |
|      | 起司蛋糕  |     | 白飯、水洗蛋 | 高麗菜、紅蘿蔔丁  | 毛豆仁     | 韭菜、綠豆芽  | 紫菜、薑絲、   | 水果拼盤 |
|      |       |     | 素火腿    | 乾香菇、玉米粒   | 蒜仁      |         | 水洗蛋      |      |

臺南市立仁德幼兒園111學年第2學期第10週 112.4/17-4/21餐點食譜表

| 日期   | 中餐      |     |       |           |         | 下午點心      |        |      |
|------|---------|-----|-------|-----------|---------|-----------|--------|------|
|      | 餐點      | 乳飲品 | 主食    | 主菜        | 副菜一     | 副菜二       | 湯      | 水果   |
| 4/17 | 肉鬆三角御飯糰 |     | 白米    | 海鮮魚柳粥     |         | 綜合滷味      |        | 水果   |
|      | 肉鬆三角御飯糰 |     | 白米    | 虱目魚柳、蛤蜊   | 雞絞肉、鮮筍絲 | 花生、海帶結、薑絲 |        | 芭樂   |
|      |         |     |       | 高麗菜絲、蝦仁   | 鮮香菇、小捲  | 豆干、蒜仁     |        |      |
| 4/18 | 小肉包     | 鮮奶  | 糙米飯   | 紫蘇梅子雞     | 蒜炒白花椰菜  | 蒜炒四季豆     | 魚丸排骨湯  | 水果   |
|      | 小肉包     | 鮮奶  | 糙米、白米 | 紫蘇梅、杏鮑菇   | 白花椰菜    | 四季豆、蒜仁    | 魚丸、油條  | 西瓜   |
|      |         |     |       | 雞腿仁       | 蒜仁      | 紅蘿蔔       | 排骨     |      |
| 4/19 | 原味蛋糕    |     |       | 番茄肉醬義大利麵  |         | 雞蓉玉米濃湯    | 雞蓉玉米濃湯 | 水果   |
|      | 原味蛋糕    |     | 螺旋麵   | 番茄醬、蒜末、蘑菇 | 青花椰菜    | 雞絞肉、洋蔥    | 紅蘿蔔丁   | 鳳梨   |
|      |         |     | 豬絞肉   | 大番茄、洋蔥    | 薑絲      | 馬鈴薯丁、玉米粒  | 水洗蛋    |      |
| 4/20 | 玉米三明治   | 豆漿  | 白飯    | 豆豉魚       | 菇菇絲瓜    | 蒜炒青江菜     | 九尾雞湯   | 水果   |
|      | 玉米三明治   | 豆漿  | 白米    | 巴沙魚片、黑豆鼓  | 絲瓜、鴻喜菇  | 青江菜       | 雞腿仁    | 蓮霧   |
|      |         |     |       | 薑絲        | 粉絲      | 蒜         | 九尾藥材   |      |
| 4/21 | 牛奶饅頭    |     | 地瓜粥   | 冬瓜滷       | 紅蘿蔔炒蛋   | 蒜炒菜豆      |        | 水果   |
|      | 牛奶饅頭    |     | 白米    | 冬瓜丁、冰糖、醬油 | 紅蘿蔔絲    | 菜豆、蒜仁     |        | 水果拼盤 |
|      |         |     | 地瓜絲   | 素鴨肉、鮮香菇   | 水洗蛋     | 鮮香菇       |        |      |