

日期	臺南市立仁德幼兒園112學年第2學期 4 月份食譜表													
	上午點心		中餐						下午點心					
4/1 (一)	餐點	乳飲品	主食					水果		乳飲品	五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	草莓厚片		白飯	洋蔥燒肉	蒜炒高麗菜	韭菜炒甜不辣	山藥龍骨湯	水果	港式蘿蔔糕					
	麵粉 酵粉 奶油 草莓醬 鹽巴 糖		白米	洋蔥 豬腿肉片 熟白芝麻	高麗菜 紅蘿蔔 蒜	韭菜花 甜不辣 薑絲 蒜仁	山藥丁 龍骨	蘋果	水 在來米 白蘿蔔		V	V	V	V
4/2 (二)	小鴨造型包子	鮮奶	糙米飯	三杯雞	蒜炒油菜	番茄炒蛋	味噌豆腐湯	水果	蔥抓餅		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	麵粉 糖 芝麻醬	鮮奶	糙米 白米	去骨雞腿仁 九層塔 老薑 杏鮑菇	油菜 蒜仁	大番茄 水洗蛋 青蔥	味噌 柴魚 板豆腐 青蔥	香蕉	蔥 麵粉		V	V	V	V
4/3 (三)	蜂蜜蛋糕			炒海鮮意麵			冬瓜龍骨湯	水果	紅豆豆花		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	蛋 蜂蜜 麵粉		意麵	豬肉絲 蝦仁 小捲	紅蘿蔔 高麗菜絲 蔥 洋蔥 蒜		冬瓜丁 龍骨 薑	小蕃茄	豆花 紅豆		V	V	V	V
4/8 (一)	上午點心		中餐						下午點心		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	肉鬆三角御飯糰			海鮮魚柳粥		綜合滷味		水果	牛舌餅	冬瓜茶				
	肉鬆 麵粉 小黃瓜 植物油		白米	虱目魚柳 蛤蜊 高麗菜絲 蝦仁 雞絞肉 鮮筍絲 鮮香菇 小捲		豆干 海帶結 薑絲 滷包		芭樂	麵粉 麥芽糖 鹽 奶 油	冬瓜茶	V	V	V	V
4/9 (二)	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	冬菜粉絲湯		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	豬絞肉 麵粉 鹽巴 醬油	鮮奶	糙米 白米	紫蘇梅 雞腿仁 杏鮑菇	白花椰菜 蒜仁	四季豆 紅蘿蔔 蒜仁	魚丸 排骨 油條	蘋果	冬菜 粉絲 豬肉絲 綠豆芽		V	V	V	V
4/10 (三)	原味蛋餅			番茄肉醬義大利麵	清炒青花椰菜	雞蓉玉米濃湯	水果	布丁			五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	蛋 麵粉 鹽巴		螺旋麵	番茄醬 蒜末 蘑菇 大番茄 洋蔥 豬絞肉	青花椰菜 薑絲	紅蘿蔔丁 洋蔥 水洗蛋 玉米粒 馬鈴薯 雞絞肉	小番茄	鮮奶、雞蛋、砂糖、香料			V	V	V	V
4/11 (四)	玉米三明治		糙米飯	豆鼓魚	菇菇絲瓜	蒜炒梗藍菜	九尾雞湯	水果	牙齒肉圓		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	玉米 麵粉 鹽 糖 奶油		糙米 白米	黑豆鼓 巴沙魚片 薑絲	絲瓜 秀珍菇 粉絲	蒜 梗藍菜	雞腿仁 九尾藥材	香蕉	麵粉絞肉醬油鹽 糯米粉		V	V	V	V
4/12 (五)	碗稞	豆漿	白飯	醬油炒飯	蒜炒大陸妹	當歸素肉湯	水果	烤地瓜			五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	米 雞蛋 肉 香菇		白米	高麗菜 乾香菇 玉米粒	素火腿 水洗蛋 熟黑芝麻粒	大陸妹 蒜仁	素鴨肉片 薑絲 當歸滷包 素羊肉	香蕉 小蕃茄 蘋果 芭樂 水果拼盤	地瓜		V	V	V	V