

桃園市龍潭區高原國小附設幼兒園點心表—110—4 月份

日期	星期	上午點心	下午點心	全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬菜類	油脂類	水果	奶類	熱量 (kcal)
4/1	四	魚片拉麵	馬鈴薯濃湯+午餐水果	1.4	1.5	0.5	0.8			259
4/2	五	兒童節/清明節放假								
4/5	一	兒童節/清明節放假								
4/6	二	古早味鹹粥	紅豆紫米湯+水果	1.9	0.7	0.3	0.3	0.5		236.5
4/7	三	地瓜+午餐飲品+水果	台式炒粿條	3.5	0.5	0.4	0.5	0.5		345
4/8	四	關東煮+午餐水果	肉羹麵線	1	0.8	0.7	0.6			174.5
4/9	五	慶生蛋糕+鮮奶	水果拼盤	1	0.1		0.3	1	0.4	199
4/12	一	水煎包+豆漿	蘿蔔排骨湯+水果	1.3	1.1	1.1	0.8	0.5		267
4/13	二	奶香貝殼麵+水果	叻仔魚粥	2.9	1.2	0.5	0.8	0.5		371.5
4/14	三	蔬菜煎餅+午餐飲品+水果	酸辣湯餃	2.9	2.3	0.4	0.8	0.5		451.5
4/15	四	鍋燒意麵	甜小米粥+午餐水果	1.8	0.6	0.2	0.3	0.5		219.5
4/16	五	鐵板麵	水果拼盤	1.7	0.8	0.2	0.5	1		266.5

4/19	一	肉燥飯	味噌豆腐湯+水果	1	1.9	0.2	0.8	0.5		283.5
4/20	二	芋頭糕湯+水果	咖哩燴飯	3.2	1.2	0.5	0.8	0.5		392.5
4/21	三	銀絲卷+午餐飲品+水果	鮮蔬麵疙瘩	3.7	0.7	0.3	0.3	0.5		362.5
4/22	四	鹹蛋瘦肉粥	紅豆 QQ+午餐水果	2.2	0.9	0.2	0.3			240
4/23	五	日式照燒炒麵	水果拼盤	1.7	0.7	0.4	0.5	1		264
4/24	六	愛心牛奶球+蘋果汁	親職日下午不用餐	2			0.2	0.5		179
4/26	一	滑蛋小米粥	玉米排骨湯+水果	1.8	1.3	0.2	0.6	0.5		285.5
4/27	二	鍋燒意麵	綠豆薏仁湯+水果	1.7	0.6	0.2	0.3	0.5		212.5
4/28	三	花枝煎餅+午餐飲品+水果	肉絲炒飯	2.8	1.1	0.5	1	0.5		366
4/29	四	戶外教學活動								
4/30	五	親職日補假								

◎為顧及幼兒身體健康，餐點皆由外包廠商營養師配膳供應。 ◎每日皆供應水果。 ◎本校膳食一律採用國產豬肉、牛肉

◎水果、蔬菜視季節調整變化。 ◎幼兒對某種食物有特殊禁忌或要求者，請事先知會老師



桃園市龍潭區高原國小附設幼兒園午餐表—110—4 月份

日期	星期	午餐菜單						全穀 雜糧 類	豆魚 蛋肉 類	蔬菜 類	油脂 類	水果	奶類	熱量 (kcal)
4/1	四	糙米飯	咖哩雞	玉米海茸	有機蘿蔓萵苣	蕃茄蛋花湯	水果	5.3	2	1.8	3	1		761
4/2	五	兒童節/清明節補假												
4/5	一	兒童節/清明節補假												
4/6	二	糙米飯	沙茶雞丁	大瓜什錦	有機青松菜	酸辣湯		4.5	2.3	2.3	3.3			693.5
4/7	三	特餐	肉絲蛋炒飯	滷雞翅(加菜)	炒時蔬	蘿蔔魚丸湯	優酪乳	4.5	2.3	1.8	3		1	757.5
4/8	四	糙米飯	紅燒魚丁	芙蓉炒蛋	有機山萵蒿	高纖蔬菜湯	水果	4.5	2.5	1.5	3.1	1		739.5
4/9	五	燕麥飯	粉蒸排骨	涼拌素雞	有機小白菜	青木瓜枸杞湯		4.8	2.5	1.5	3			696
4/12	一	五穀飯	南瓜豆腐煲	蔥花炒蛋	產銷履歷蔬菜	綠豆西米露		6	2.3	1.3	3.1			764.5
4/13	二	糙米飯	日式燒肉	三杯杏鮑菇	有機黑葉白菜	海芽蛋花湯		4.5	2	2.5	3.3			676
4/14	三	特餐	大滷麵	醬淋嫩豆腐 (加菜)	肉燥蔬菜	芝麻包	鮮奶	5.5	2.3	1.3	3		1	815
4/15	四	糙米飯	芋頭燜鴨	開陽白菜	有機青江菜	鮮菇湯	水果	4.8	1.8	2.5	3	1		728.5

4/16	五	紫米飯	安東燉雞	五彩鮮菇	有機千寶菜	玉米排骨湯		5.5	2.3	2.3	3			750
4/19	一	芝麻飯	醬爆雞丁	蘿蔔燒黑輪	產銷履歷蔬菜	豆花甜湯		5	2.3	1.5	3.3			708.5
4/20	二	糙米飯	桂竹筍燒肉	絲瓜燴金針菇	有機小松菜	高麗菜蛋花湯		4.5	2	2.8	3			670
4/21	三	特餐	洋蔥豬肉燴飯	滷大排(加菜)	彩絲銀芽	和風味噌湯	優酪乳	4.5	2.8	1.3	3		1	782.5
4/22	四	糙米飯	破布子蒸魚丁	玉米炒蛋	有機福山萵苣	榨菜肉絲湯	水果	4.8	2.8	1.3	2.6	1		755.5
4/23	五	薏仁飯	口水雞	西芹炒豆干	有機高麗菜	五行蔬菜湯		4.5	2.5	2	3.3			701
4/24	六	親職日不供餐												
4/26	一	麥片飯	糖醋油豆腐	茶碗蒸	產銷履歷蔬菜	紅豆燕麥湯		5.5	2.5	1.3	2.5	0.2		729.5
4/27	二	糙米飯	奶香洋芋雞丁	三色小瓜	有機青油菜	金菇什錦湯		4.8	1.8	2.8	3			676
4/28	三	特餐	客家炒米粉	滷雞排(加菜)	炒時蔬	肉羹湯	鮮奶	4.5	2.8	1.8	3		1	795
4/29	四	戶外教學活動												
4/30	五	親職日補假												

◎本校膳食一律採用國產豬肉、牛肉

