

私立長庚學校財團法人長庚科技大學附設桃園市實驗幼兒園
114 學年度第 2 學期 4 月份餐點表

		一	二	三	四	五
第一週	早點心			4/1 時令水果兩種	4/2 時令水果兩種	4/3
	午 餐			• 糙米飯 • 杏鮑菇炒甜豆 • 時令蔬菜 • 小黃瓜炒蛋	• 糙米飯 • 糖醋咕咾肉 • 時令蔬菜 • 日式蒸蛋	兒童節補假一天
				馬鈴薯濃湯	山藥枸杞雞湯	
	午點心			蔥油餅	水煮蛋	
第二週	早點心	4/6	4/7 時令水果兩種	4/8 時令水果兩種	4/9 時令水果兩種	4/10 時令水果兩種
	午 餐	清明節補假一天	• 糙米飯 • 馬鈴薯燉肉 • 時令蔬菜 • 螞蟻上樹	• 糙米飯 • 什錦炒木須 • 時令蔬菜 • 滷海帶麵腸	• 糙米飯 • 蒜泥白肉 • 時令蔬菜 • 香煎板豆腐	• 什錦烏龍炒麵 • 時令蔬菜
			大頭菜魚丸湯	鮮菇湯	味噌魚片湯	肉羹湯
	午點心		古早味鹹粥	香鬆飯糰	黑糖豆花	小麵包
第三週	早點心	4/13 時令水果兩種	4/14 時令水果兩種	4/15 時令水果兩種	4/16 時令水果兩種	4/17 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 炸土魷魚塊 • 時令蔬菜 • 銀芽炒韭菜	• 糙米飯 • 照燒小雞腿 • 時令蔬菜 • 白菜燉豆腐	• 糙米飯 • 三杯杏鮑菇 • 時令蔬菜 • 紅蘿蔔炒蛋	• 糙米飯 • 香菇燉雞肉 • 時令蔬菜 • 櫛瓜炒蛋	• 手工水餃 • 時令蔬菜
		金針排骨湯	玉米濃湯	味噌海帶芽湯	菠菜滑蛋湯	酸辣湯
	午點心	黑糖饅頭	吻仔魚蔬菜粥	薑汁地瓜	香煎蘿蔔糕	小麵包
第四週	早點心	4/20 時令水果兩種	4/21 時令水果兩種	4/22 時令水果兩種	4/23 時令水果兩種	4/24 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 樹子蒸魚 • 時令蔬菜 • 麻婆豆腐	• 糙米飯 • 鵪鶉蛋滷肉燥 • 時令蔬菜 • 玉米筍燴小黃瓜	• 糙米飯 • 起司馬鈴薯 • 時令蔬菜 • 蒜香空心菜	• 糙米飯 • 壽喜燒豬肉 • 時令蔬菜 • 金針菇燴絲瓜	• 雞肉飯 • 時令蔬菜
		芹菜鱈魚丸湯	雙色蘿蔔玉米湯	南瓜濃湯	小魚乾空心菜湯	山藥排骨雞湯
	午點心	奶皇包	雞絲麵	蔬菜煎餅	麻油麵線	小麵包
第五週	早點心	4/27 時令水果兩種	4/28 時令水果兩種	4/29 時令水果兩種	4/30 時令水果兩種	
	午 餐	• 糙米飯 • 糖醋魚塊 • 時令蔬菜 • 芹菜甜不辣	• 糙米飯 • 蔥爆里肌肉 • 時令蔬菜 • 毛豆蝦仁	• 糙米飯 • 香菇炒芥藍 • 時令蔬菜 • 玉米炒蛋	• 糙米飯 • 蜜汁雞柳 • 時令蔬菜 • 蒜香高麗菜	
		白蘿蔔排骨湯	莧菜吻仔魚湯	哈佛湯	羅宋湯	
	午點心	水煮玉米	陽春麵	黑糖西米露	關東煮	

【註】*水果之廠商為「四季水果食品公司」；麵包之廠商為「英吉利手工麵包坊」；水餃之廠商為「金寶水餃」；餐點皆由廚工烹調

*菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核

*食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食（如：不加未煮熟之蔥花）/ 口味較淡（如：低糖低鹽、不加辣椒等）

營養老師：

園長：

經辦：

廚工：