

新竹市港南國民小學附設幼兒園110年4月午餐及點心菜單

日期	星期	早點	午餐						午點
			主食	主菜	副菜	青菜	湯 類		
1	四	餛飩湯	小米飯	蠔油雞丁-雞丁, 豆干, 紅蘿蔔	玉米肉末-玉米粒, 絞肉, 青蔥	青菜	柴片蘿蔔湯-白蘿蔔, 金針菇		綜合滷味
2	五	兒童節及清明節補假							
5	一	兒童節及清明節補假							
6	二	蒸地瓜+豆漿	糙米飯	麻婆豆腐-豆腐, 三色丁, 香菇	洋蔥炒蛋-洗選蛋, 洋蔥	青菜	椰漿西米露-芋頭, 西谷米, 椰漿	環保餐	白菜獅子頭
7	三	南瓜粥	特 餐	炒麵疙瘩-麵疙瘩,肉絲,小白菜,芹菜,紅蘿蔔,香菇 +滷豬排+冬瓜大骨湯- 冬瓜,大骨				水果	慶生蛋糕+鮮奶
8	四	蔬菜麵線湯	海苔飯	照燒雞-雞丁, 小黃瓜, 紅蘿蔔	什錦花菜-花椰菜, 油片絲, 木耳	青菜	豆薯排骨湯-豆薯, 蕃茄, 排骨		水煮玉米
9	五	蘿蔔糕+冬瓜湯	薏仁飯	沙茶魚丁-魚丁, 凍豆腐, 紅蘿蔔	黃瓜針菇-胡瓜, 金針菇, 肉絲	青菜	甘藍蛋花湯-高麗菜, 洗選蛋		水果拼盤
12	一	刈包+鮮奶	糙米飯	海結滷肉-肉丁, 海帶結, 白蘿蔔	白菜豆皮-大白菜, 角螺, 木耳	青菜	南瓜香菇湯-南瓜, 香菇		水果拼盤
13	二	米粉湯	白米飯	三杯麵腸-麵腸, 高麗菜, 九層塔	海芽蒸蛋-洗選蛋, 海帶芽	青菜	三寶甜湯-紅豆, 燕麥, 小米	環保餐	濃湯螺旋麵
14	三	玉米肉末粥	特 餐	炸醬麵-白麵,豆干,絞肉,洋蔥,紅蘿蔔,小黃瓜 +香雞堡+鮮蔬湯- 黃豆芽,蕃茄,海帶結				水果	無糖甜甜圈+鮮奶
15	四	米苔目湯	芝麻飯	肉燥干丁-絞肉, 豆干, 洋蔥	冬瓜鮑菇-冬瓜, 鮑魚菇, 紅蘿蔔	青菜	青菜豆腐湯-小白菜, 豆腐		蘿蔔雞湯
16	五	綠豆豆花	麥片飯	義式燉雞-雞丁, 南瓜, 紅蘿蔔	培根高麗菜-高麗菜, 培根	青菜	油腐粉絲湯-油豆腐, 冬粉, 芹菜		水果拼盤
19	一	鍋貼+鮮奶	糙米飯	洋蔥豬柳-豬柳, 洋蔥, 紅蘿蔔	蘿蔔玉米煮-白蘿蔔, 玉米粒, 柴魚片	青菜	胡瓜肉片湯-胡瓜, 肉片		水果拼盤
20	二	麵疙瘩	白米飯	白菜豆包-豆包, 大白菜, 紅蘿蔔	蕃茄炒蛋-洗選蛋, 蕃茄	青菜	綠豆小米湯-綠豆, 小米	環保餐	黃瓜貢丸湯
21	三	台式鹹粥	特 餐	什錦炒麵-黃麵,肉絲,高麗菜,紅蘿蔔,香菇,芹菜 +香酥魚排+味噌蔬菜湯- 白蘿蔔,玉米,味噌				水果	芝士棒+鮮奶
22	四	蕃茄筆管燴麵	燕麥飯	咖哩雞-雞丁, 南瓜, 洋蔥	脆炒豆芽-豆芽菜, 芹菜, 紅蘿蔔	青菜	海芽豆腐湯-豆腐, 乾海帶芽		浮水甜條湯
23	五	螞蟻上樹	海苔飯	蔥爆豬柳-豬柳, 高麗菜, 洋蔥	香炒干丁-豆干, 玉米粒, 紅蘿蔔	青菜	青木瓜排骨湯-青木瓜, 排骨		水果拼盤
26	一	芝麻包+鮮奶	糙米飯	魚香肉絲-肉絲, 洋芋, 木耳	麻油凍豆腐-凍豆腐, 高麗菜, 紅蘿蔔	青菜	冬瓜雞湯-冬瓜, 雞丁		水果拼盤
27	二	蕃茄肉絲麵	白米飯	黑干滷味-豆干, 海帶結	紅蘿蔔炒蛋-洗選蛋, 紅蘿蔔	青菜	薏仁地瓜湯-地瓜, 薏仁	環保餐	蘿蔔糕湯
28	三	皮蛋瘦肉粥	特 餐	炒米粉-米粉,肉絲,高麗菜,芹菜,紅蘿蔔,香菇 +滷雞排+玉米大骨湯- 玉米粒,大骨				水果	羊角奶酥+鮮奶
29	四	湯板條	小米飯	蕃茄豬肉-肉丁, 白蘿蔔, 蕃茄	香拌干絲-干絲, 海帶絲, 芹菜	青菜	白菜肉片湯-大白菜, 肉片, 紅蘿蔔		關東煮
30	五	雞絲麵	麥片飯	豆豉雞丁-雞丁, 冬瓜, 豆豉	炒鮮蔬-白菜, 紅蘿蔔, 肉絲	青菜	洋芋腐皮湯-馬鈴薯, 角螺		水果拼盤

本菜單食材生鮮肉品一律使用CAS產品

4月用餐天數20日

堯慶企業有限公司

營養師：楊曉婷

製表