

台北兒童福利中心幼兒餐點表（幼兒園）

111 年 4 月

熱量分析		50-200 kcal	300-400 kcal	200-250 kcal
日期	星期	上午點心	中午午餐	下午點心
1	五	莧菜吻仔魚粥	糙米飯、香菇芋頭肉燥、西芹炒甜不辣、小白菜豆腐湯、時令水果	青蔬蛋片麵線
6	三	高鈣牛乳 芋泥包	瓜仔蒸肉、菠菜冬粉、結頭菜湯、時令水果	什錦烏龍麵
7	四	低糖豆漿 鮭魚吐司	鮮蔬炒麵、香炒油菜、老皮嫩豆腐、海帶芽味噌湯、時令水果	綠豆地瓜湯
8	五	蛋花雞絲麵	番茄魚片燴豆腐、酸菜毛豆豬肉丁、玉米蘿蔔湯、時令水果	麥茶 起酥蛋糕
11	一	三色蔬菜粥	木耳馬鈴薯炒肉絲、蒜香地瓜葉、香菇燒豆包、山藥牛蒡湯、時令水果	黑芝麻牛奶 銀絲卷
12	二	什錦肉絲冬粉	夏威夷炒飯、薑絲胡蘿蔔絲瓜、海菜吻仔魚羹湯、時令水果	蘿蔔糕湯
13	三	牛奶 地瓜包	番茄牛肉麵、小黃瓜炒菇、時令水果	關東煮
14	四	低糖豆漿 自製果醬土司	什錦咖哩、枸杞炒高麗菜、滷海帶、番茄黃豆芽湯、時令水果	擔仔麵
15	五	小米粥 小菜	糙米飯、鹽炒蔥花雞片、肉末蒸蛋、香菇菠菜豆腐湯、時令水果	黑芝麻豆漿 胚芽蛋捲
18	一	鮭魚玉米粥	糙米飯、塔香杏鮑菇雞丁、冬菜大陸妹、南瓜洋蔥湯、時令水果	紅豆湯 吐司
19	二	肉末蛋片麵線	酥炸魚片、三色胡瓜、香煎菜脯蛋、冬瓜大骨湯、時令水果	低糖豆漿 蒸蘿蔔糕
20	三	牛奶 芝麻包	蒸椒鹽雞、白菜燴豆皮、芹香蘿蔔湯、時令水果	玉米濃湯湯餃
21	四	地瓜湯	香菇芋頭米粉湯、瓜仔紅絲豆皮、滷蛋、時令水果	牛奶 QQ 小饅頭
22	五	鮮蔬湯麵	豆豉彩椒肉丁、玉米肉末豆腐、小白菜蛋花湯、時令水果	麥茶 生日蛋糕
25	一	翡翠銀魚粥	糙米飯、親子丼、鮑菇青江菜、大黃瓜大骨湯、時令水果	黑芝麻牛奶 沖繩黑糖捲
26	二	手工麵魚兒	海帶結燒肉、蒜香地瓜葉、胡蘿蔔炒蛋、薑絲紫菜龍骨湯、時令水果	肉丸麵線
27	三	牛奶 醬燒小肉包	起司義大利肉醬通心粉、香炒雙椰、香酥雞塊、冬瓜大骨湯、時令水果	綠豆西米谷
28	四	水煮蛋 海帶芽味噌湯	高麗菜飯、豆豉燴豆腐、滷海帶、番茄白菜湯、時令水果	鮮蔬豆皮麵
29	五	田園蔬菜麵線	小米飯、咖哩燴雞丁、大陸妹炒豆皮、榨菜香菇肉絲湯、時令水果	低糖豆漿 起司玉米三明治
備註		遇有臨時偶發事件無法供應原訂餐點時則以它類食品替代。 本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。		

保健組

製