

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度下學期

四月份 幼兒點心單

*本校附幼餐點一律使用國產肉品食材

日期	星期	上午點心 9:30	下午點心 2:30
1	二	菇菇鮮雞湯/親子 CPR10:10	水果+果汁
2	三	肉鬆海苔起司紫米飯糰/戶外教學 9:20 出發	水果+豆乳
3/4	四/五	清明節兒童節連假	
5/6	六/日		
7	一	桂圓紅棗湯	水果+牛乳
8	二	菠菜紅蘿蔔瘦肉糙米粥	水果+果汁
9	三	豆腐歐姆蛋+現煮米豆漿	水果+豆乳
10	四	塔香透抽義大利麵	水果+牛乳
11	五	堅果玉米片牛奶/大班多元體驗 8:40	水果+優酪乳
12/13	六/日		
14	一	紅豆紫米湯	水果+牛乳
15	二	吻仔魚瘦肉五穀米粥	水果+果汁
16	三	蔥蛋起司蛋捲+現煮米豆漿	水果+豆乳
17	四	蔥燒蕃茄雞蛋麵	水果+牛乳
18	五	紫菜蛋花湯	水果+優酪乳
19/20	六/日		
21	一	綠豆薏仁湯	水果+牛乳
22	二	蝦仁毛豆青菜糙米粥	水果+果汁
23	三	焗烤拔絲地瓜+現煮米豆漿	水果+豆乳
24	四	海鮮烏龍麵	水果+牛乳
25	五	蒜頭香菇雞湯	水果+優酪乳
26	六	黑糖奶酪/校慶典禮 8:00-10:10 園遊會	水果+黑糖撞奶
27	日		
28	一	冰糖銀耳薏仁飲	水果+牛乳
29	二	茄汁鮮蝦義大利麵	水果+果汁
30	三	豬肉排蛋+現煮米豆漿	水果+豆乳

承辦人：

園主任：

健康中心：

校長：

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度下學期

四月份 餐點材料明細單(17 人)

● 本園餐點設計原則：

1. 餐點設計配合四季節氣，以營養均衡、維護健康、提升身體素質為原則，以當季原型食材為優先，以自製為主，並留意當學年幼兒個別飲食禁忌。
2. 上午以養生甜湯、暖身煲湯、麵食、粥品或米食均分，下午以水果+健康飲品為主。
3. 每週可有至少一次雖價高但營養的食材，肉類以雞肉、海鮮為主，豬肉另驗萊劑。
4. 米類以白米、糙米、多穀米、紫米、小米均衡搭配。
5. 週一水果自訂(以共廚午餐不易出現的種類為主)、週三搭本校現煮豆漿、週二~五共廚午餐水果飲品留用。

日期	星期	上午點心 9:30	下午點心 2:30	食材訂購明細 紅字:訂購、[中括號網底:存貨/自購]
1	二	菇菇鮮雞湯 /親子 CPR10:10	水果+果汁	高麗菜 1 顆(或 1 公斤) [黑蠔菇、金針菇、鴻喜菇、杏鮑菇、雪白菇、雞肉、洋蔥]
2	三	肉鬆海苔起司紫米 飯糰/戶外教學 9:20 出發	水果+豆乳	[肉鬆、海苔、起司片、紫米/白米]
7	一	桂圓紅棗湯	水果+牛乳	水果-草莓 1 公斤 [桂圓、紅棗]
8	二	菠菜紅蘿蔔瘦肉糙 米粥	水果+果汁	蒜頭 1 大顆(或 0.3 公斤) [菠菜、紅蘿蔔、豬肉絲、洋蔥、糙米/ 白米]
9	三	豆腐歐姆蛋+現煮 米豆漿	水果+豆乳	蔥 0.2 公斤、嫩豆腐 3 盒、雞蛋 10 顆 (或 0.5 公斤) [柴魚片]
10	四	塔香透抽義大利麵	水果+牛乳	透抽 2 隻、九層塔 1 包(或 0.1 公斤)、 [洋蔥、鴻喜菇]
11	五	堅果玉米片牛奶/大 班多元體驗 8:40	水果+優酪乳	[堅果、玉米片、牛奶、優酪乳]
14	一	紅豆紫米湯	水果+牛乳	水果-香蕉 18 條 [紅豆、紫米]
15	二	吻仔魚瘦肉五穀米 粥	水果+果汁	吻仔魚 0.3 公斤、高麗菜 1 顆(或 1 公 斤) [肉絲、紅蘿蔔、薑]
16	三	蔥蛋起司蛋捲+現 煮米豆漿	水果+豆乳	雞蛋 10 顆(0.5 公斤) [蔥、起司片]

17	四	蔥燒蕃茄雞蛋麵	水果+牛乳	大蕃茄 3 顆、雞蛋 10 顆(或 0.5 公斤) [蔥、洋蔥、雞蛋麵]
18	五	紫菜蛋花湯	水果+優酪乳	[蔥、紫菜、雞蛋、優酪乳]
21	一	綠豆薏仁湯	水果+牛乳	水果-蓮霧 18 顆(或 1 公斤) [綠豆、洋薏仁]
22	二	蝦仁毛豆青菜糙米 粥	水果+果汁	[鮮蝦、毛豆仁、高麗菜、糙米/白米]
23	三	焗烤拔絲地瓜+現 煮米豆漿	水果+豆乳	地瓜 3 公斤 [乳酪絲]
24	四	海鮮烏龍麵	水果+牛乳	鯛魚片 2 片(或 1 包)、蛤蠣 0.5 公斤、 黑木耳 0.2 公斤、烏龍麵 0.5 公斤 [鮮蝦、紅蘿蔔、高麗菜]
25	五	蒜頭香菇雞湯	水果+優酪乳	[蒜頭、洋蔥、香菇、高麗菜、雞腿 肉、優酪乳]
26	六	黑糖奶酪/校慶典禮 8:00-10:10 園遊會 10:10-	水果+黑糖撞奶	[黑糖、牛奶、吉利丁]
28	一	冰糖銀耳薏仁飲	水果+牛乳	水果-白葡萄 1 串、紅地球葡萄 1 串 [冰糖、白木耳、薏仁]
29	二	茄汁鮮蝦義大利麵	水果+果汁	大蕃茄 3 顆、綠花椰菜 1 顆、玉米筍 0.2 公斤 [蕃茄醬、鮮蝦、洋蔥、義大利麵、]
30	三	豬肉排蛋+現煮米 豆漿	水果+豆乳	雞蛋 10 顆(或 0.5 公斤) [豬肉排、洋蔥]