



財團法人天主教伯利恆文教基金會 附設 臺南市私立慈母非營利幼兒園

105年4月份餐點

(設計者：曾麟琇營養師)

日期	星期	早點	午餐	午點	熱量卡
1	五	地瓜粥 肉鬆	炒烏龍麵 滷油豆腐 黃瓜貢丸湯 季節水果	割包 麥茶	930
6	三	鯖魚吐司 五穀米漿	什錦燴飯 鮮菇菠菜 香菇雞湯 季節水果	麵包 果汁	925
7	四	蔥油餅 薏仁漿	白飯 筍干燒肉 玉米肉末 時令蔬菜 蘿蔔大骨湯	紅豆布丁	950
8	五	鹹粥	肉絲蛋炒飯 油蔥大陸妹 山藥排骨湯 季節水果	綠豆薏仁地瓜湯	956
11	一	地瓜粥 肉鬆	咖哩雞丁燴飯 涼拌四季豆 鮮菇蛋花湯 季節水果	小壽司 果汁	947
12	二	牛奶脆片	海苔飯 鹹蛋蒸肉 蔥嫩豆腐 時令蔬菜 玉米大骨湯	包子 米漿	925
13	三	慶生會(蛋糕 水果 飲料)	義大利肉醬麵 薯條 雞塊 南瓜濃湯 季節水果	香菇肉羹米粉	939
14	四	麵包 鮮奶	地瓜飯 冬瓜排骨酥 蒸蛋 時令蔬菜 玉米大骨湯	蘿蔔關東煮	935
15	五	香菇竹筍粥	水餃 滷味拼盤 涼拌小黃瓜 酸辣湯 季節水果	黑糖糕 柚子茶	936
18	一	菜包 五穀奶	雞絲肉飯 滷油豆腐 油蔥大陸妹 榨菜粉絲湯 季節水果	白菜雲吞湯	929
19	二	牛奶脆片	白飯 瓜仔肉 紅K炒蛋 時令蔬菜 冬瓜大骨湯	絲瓜枸杞麵線	935
20	三	小餐包 阿華田	鍋燒意麵 鑫鑫腸 炒時蔬 季節水果	碗粿 酸菜豬血湯	950
21	四	蔥油餅 豆漿	白飯 三杯雞丁 鮮菇翠玉 時令蔬菜 苦瓜小魚湯	香菇肉羹麵	943
22	五	菠菜小魚粥	金瓜肉絲炒米粉 開陽白菜 黃瓜魚丸湯 時令水果	包子 蜜茶	963
25	一	饅頭夾蛋 牛奶	炒關廟麵 蝦捲 蒜香空心菜 蕃茄蛋花湯 時令水果	麵包 優酪乳	936
26	二	鹹粥	芝麻飯 清蒸鱈魚 洋蔥炒肉絲 時令蔬菜 味噌豆腐湯	草莓吐司 蔬果汁	931
27	三	雞蛋糕 養樂多	大滷麵 滷味拼盤 涼拌菜豆 季節水果	飯糰 薏仁漿	945
28	四	地瓜粥 肉燥	白飯 香滷豬排 三色蛋 時令蔬菜 海帶大骨湯	紅豆餅 麥茶	940
29	五	銀絲卷 豆漿	鮭魚炒飯 玉米炒蛋 吻仔魚青菜湯 季節水果	雲吞青菜粉絲	936