

宜蘭縣111年4月南澳鄉立幼兒園菜單

日期	星期	早點心	飲品	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	午點心	水果飲品
1	五	水果三樣		米飯	咖哩飯	唐揚炸雞	時令青菜	味噌豆腐湯		榨菜肉絲湯麵	
6	三	吐司鮭魚	桂圓紅棗茶	特餐	什錦燴飯	三杯魷魚圈	時令青菜	冬瓜燒麵輪		什錦麵疙瘩	水果
7	四	水餃	低糖豆漿	紫米飯	鹽酥雞	銀芽炒肉絲	時令青菜	金茸番茄豆腐湯	水果	蒸地瓜	鮮奶
8	五	筍香肉包	枸杞茶	米飯	醬燒油豆腐	柴香海芽蒸蛋	肉燥燙青菜	紅豆雪蓮子湯		水果三樣	
11	一	黑糖饅頭	低糖豆漿	地瓜飯	古早味滷大排	麻婆豆腐	時令青菜	田園蔬菜湯		香菇肉羹麵	水果
12	二	脆片鮮奶		糙米飯	糖醋雞丁	玉米筍炒花椰菜	時令青菜	紫菜豆腐湯	水果	香芋鹹粥	
13	三	肉片三明治	洛神花茶	特餐	壽喜燒烏龍麵	黃金柳葉魚	時令青菜	枸杞山藥杏菇雞湯		翡翠雲吞湯	水果
14	四	蔥花捲饅頭	低糖豆漿	紫米飯	帶結滷肉	味噌豬肉高麗菜	時令青菜	甜玉米排骨湯	水果	洋蔥肉絲炒飯	丸子湯
15	五	水果三樣		米飯	金沙豆腐	洋蔥紅蘿蔔炒蛋	肉燥燙青菜	綠豆薏仁湯		蔬菜意麵	
18	一	蔥抓餅	冬瓜茶	地瓜飯	照燒肉片	芹香海茸炒肉絲	時令青菜	黃瓜丸子湯		茄汁義大利肉醬麵	水果
19	二	銀絲卷	低糖豆漿	糙米飯	炸魚佐莎莎醬	絲瓜麵線	時令青菜	酸辣湯	水果	肉燥湯麵	
20	三	燒賣	味噌海帶芽湯	特餐	芋頭米粉湯	沙茶雞柳	時令青菜	芝麻包		絞肉玉米糙米粥	水果
21	四	菠蘿小餐包	鮮奶	紫米飯	香滷雞翅	筋燒白菜	時令青菜	南瓜排骨湯	水果	鹹米苔目	
22	五	高麗菜肉餅煎	低糖豆漿	米飯	洋蔥燒豆腐	小黃瓜炒蛋	時令青菜	花豆地瓜湯		水果三樣	
25	一	鍋貼	決明子茶	地瓜飯	韓式泡菜肉片	螞蟻上樹	時令青菜	髮菜豆腐羹		芹香丸子米粉	水果
26	二	芋泥包	低糖豆漿	糙米飯	香酥蝦排	芹香豆干炒肉絲	時令青菜	冬瓜雞湯	水果	珍珠丸子	紫菜豆腐湯
27	三	洋蔥肉餅	洛神花茶	特餐	海鮮炒麵	腐乳雞	時令青菜	奶香南瓜濃湯		雞茸三色粥	水果
28	四	葡萄乾吐司	鮮奶	紫米飯	打拋豬肉	玉筍鮮蔬	時令青菜	金茸菇菇湯	水果	什錦板條	
29	五	水果三樣		米飯	糖醋豆皮	香菇蒸蛋	肉燥燙青菜	白木耳甜湯		麻油麵線	田園蔬菜湯

廠商：永鴻商號 營養師：呂雅萍

※本園一律使用國產豬肉食材