

宜蘭縣112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
6	四	鍋貼	味噌海帶芽湯	米飯	打拋豬肉	筋燒白菜	時令青菜	甜玉米大骨湯	水果	蒸地瓜	鮮奶
7	五	燒賣	田園蔬菜湯	米飯	味噌燒豆腐	蕃茄炒蛋	時令青菜	紅豆紫米湯		水果三樣	
10	一	蔥抓餅	冬瓜茶	地瓜飯	南洋叻沙魚	玉米筍炒花椰菜	時令青菜	田園蔬菜湯		香菇肉羹麵	水果
11	二	脆片鮮奶		糙米飯	蒜泥肉片	珍珠燴鮮瓜	時令青菜	當歸麵線湯	水果	香芋鹹粥	
12	三	黑糖饅頭	低糖豆漿	特餐	什錦梗飯	雞肉沙威瑪	時令青菜	漢堡殼		義大利番茄肉醬麵	水果
13	四	高麗菜肉餅煎	洛神花茶	紫米飯	帶結滷肉	珍珠三色	時令青菜	冬瓜排骨湯	水果	洋蔥肉絲炒飯	丸子湯
14	五	筍香肉包	枸杞茶	米飯	糖醋豆皮	鮮味蒸蛋	時令青菜	綠豆薏仁湯		水果三樣	
17	一	蒸蘿蔔糕	低糖豆漿	地瓜飯	照燒肉片	玉菜炒豆干	時令青菜	南瓜排骨湯		匏瓜香菇肉粥	水果
18	二	銀絲卷	鮮奶	糙米飯	蒜頭雞	芹香肉末海茸	時令青菜	美味鮮菇湯	水果	榨菜肉絲湯麵	
19	三	肉片三明治	桂圓紅棗茶	特餐	芋頭米粉湯	蔥爆魷魚圈	時令青菜	芝麻包		翡翠雲吞湯	水果
20	四	芋泥包	低糖豆漿	紫米飯	古早味滷大排	絲瓜燴鮮菇	時令青菜	紫菜豆腐湯	水果	奶香南瓜通心麵濃湯	
21	五	水果三樣		米飯	塔香凍豆腐	小黃瓜炒蛋	時令青菜	花豆地瓜湯		鹹米苔目	
24	一	奶黃包	低糖豆漿	地瓜飯	南瓜蒸排骨	麻婆豆腐	時令青菜	蝦皮瓠瓜湯		芹香丸子米粉	水果
25	二	洋蔥肉餅	決明子茶	糙米飯	杏菇花雕雞	螞蟻上樹	時令青菜	海帶結排骨湯	水果	絲瓜肉絲麵	
26	三	芝麻包	低糖豆漿	特餐	壽喜燒烏龍麵(拌炒)	甘梅魚丁	時令青菜	味噌豆腐湯		蓮子瘦肉粥	水果
27	四	菠蘿小餐包	鮮奶	紫米飯	瓜仔肉	玉筍鮮蔬	時令青菜	金茸肉絲湯	水果	蔬菜意麵	
28	五	水果三樣		米飯	醬燒豆干	洋蔥玉米炒蛋	時令青菜	白木耳甜湯		珍珠丸子	紫菜豆腐湯

廠商：王泰雅團膳 營養師：呂雅萍

本園一律使用國產牛、豬肉食材