

桃園市立楊梅幼兒園 115年04月 菜單總表

週別	日期	星期	早上點心		午餐					下午點心		水果	營養成分(份數)						
			主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	全穀	豆魚	乳品		蔬菜	水果	油脂	熱量			
第 6 週	4/1	三	鮮蔬甜條湯 時蔬甜不辣條	麥片飯 白米麥片	鹽水雞 雞胸肉S時蔬Q	白菜木耳 大白菜Q紅蘿蔔Q木耳	溯源青菜 青菜Q	冬瓜豚骨湯 冬瓜Q大骨S	桂圓紫米甜湯 桂圓乾黑糯米燕麥粒	水果	4.8	1.2	0.0	1.9	1.0	1.8	675		
	4/2	四	糙米/滑蛋粥 白米糙米時蔬雞蛋Q	芝麻飯 白米煎芝麻	三杯杏鮑菇百頁 百頁豆腐杏鮑菇時蔬Q	黃瓜蹄膀片 大黃瓜Q蹄膀片紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	紫菜蛋花湯 紫菜雞蛋Q	滑蛋雞絲麵 雞絲麵時蔬雞蛋Q紅蘿蔔Q	水果	6.0	1.0	0.0	1.3	1.0	1.7	664		
	4/3	五			清明兒童節休假 休假														
第 7 週	4/6	一			清明兒童節休假 休假														
	4/7	二	芝麻包 芝麻包	豆漿 豆漿	鹹冬瓜蒸魚 魚肉S蒜冬瓜	紅脆海带絲 海带紅蘿蔔Q時蔬Q	溯源青菜 青菜Q	玉米蛋花湯 玉米粒三色丁S雞蛋Q	綠豆麥片湯 綠豆麥片	水果	4.8	1.4	0.0	0.8	1.0	1.8	662		
	4/8	三	客家米苔目 米苔目絞肉韭菜紅蘿蔔Q紫米香菇	小米飯 白米小米	香芋燒雞 雞胸肉S芋頭Q	榨菜炒豆干 豆干肉絲榨菜紅蘿蔔Q黃豆芽Q	溯源青菜 青菜Q	牛蒡養生湯 牛蒡Q時蔬Q大骨S	慶生蛋糕 蛋糕	水果	5.3	1.5	0.0	1.0	1.0	2.0	659		
第 8 週	4/9	四	滑蛋鮮蔬粥 白米時蔬雞蛋Q紅蘿蔔Q	燕麥飯 白米燕麥粒	鐵板油豆腐 油豆腐洋蔥Q時蔬Q木耳紅蘿蔔Q	蜜汁南瓜 南瓜Q	溯源青菜 青菜Q	黃瓜鮮菇湯 大黃瓜Q時蔬Q紅蘿蔔Q	燕麥薏仁湯 燕麥粒小薏仁	水果	5.5	1.9	0.0	1.0	1.0	1.7	753		
	4/10	五	客家麵疙瘩 麵疙瘩絞肉紅蘿蔔Q蝦米香菇	特餐 特餐	咖哩雞肉燴飯 白米雞胸肉S洋芋時蔬Q紅蘿蔔Q	五香毛豆 毛豆菜S	溯源青菜 青菜Q	酸辣湯 豆腐時蔬Q豬血雞蛋Q木耳	綜合湯 時蔬凍豆腐虱目魚丸冬粉	水果	4.9	2.2	0.0	0.6	1.0	2.0	673		
	4/13	一	竹筍包 竹筍包	鮮奶 鮮奶	蕎麥飯 白米蕎麥	沙茶雞丁 雞胸肉S洋蔥Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	馬鈴薯大骨湯 洋芋Q紅蘿蔔Q大骨S	蔬菜肉末粥 白米絞肉時蔬紅蘿蔔Q	水果	5.2	1.3	0.5	1.3	1.0	2.2	713		
第 9 週	4/14	二	綜合火鍋湯 時蔬凍豆腐Q蠔味棒冬粉	糙米飯 白米糙米	薑汁燒肉 肉片S時蔬Q紅蘿蔔Q	銀芽雞絲 綠豆芽Q雞絲Q雞胸肉S	溯源青菜 青菜Q	山藥豚骨湯 山藥Q大骨S	榨菜肉絲麵 油麵Q肉絲S榨菜絲時蔬	水果	5.0	1.5	0.0	1.7	1.0	2.0	655		
	4/15	三	高麗菜飯粥 白米絞肉S高麗菜雞蛋Q紅蘿蔔Q	麥片飯 白米麥片	蠔油香菇雞 雞胸肉時蔬Q紅蘿蔔Q杏鮑菇Q	蒜香小魚豆干 豆干小魚干	溯源青菜 青菜Q	木瓜枸杞湯 青木瓜Q紅蘿蔔Q枸杞	八寶甜湯 紅豆綠豆小米(圓)糯米小薏仁	水果	5.0	2.0	0.0	1.3	1.0	2.0	743		
	4/16	四	芋香饅頭 總頭	履歷豆奶 豆奶	紅扁豆飯 白米紅扁豆	涼薯三絲 扁薯Q木耳紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	味噌蛋花湯 時蔬Q雞蛋Q	八寶甜湯 紅豆綠豆小米(圓)糯米小薏仁	水果	5.0	1.6	0.0	1.2	1.0	1.7	677		
第 10 週	4/17	五	花枝羹清湯 總頭	特餐 特餐	大滷麵 凍豆腐大白菜Q時蔬Q紅蘿蔔Q	扁蒲炒金菇 扁蒲Q紅蘿蔔Q金菇	溯源青菜 青菜Q	味噌蛋花湯 時蔬Q雞蛋Q	地瓜西瓜露 地瓜西瓜露	水果	5.3	1.4	0.0	1.5	1.0	2.1	668		
	4/20	一	客家散條 板條肉絲韭菜雞米香菇	糙米飯 白米糙米	八寶肉醬 絞肉S豆干三色丁S洋蔥Q	蒜香蘿蔔絲 白蘿蔔Q紅蘿蔔Q蝦米	溯源青菜 青菜Q	南瓜甜湯 南瓜Q	鮮魚元氣粥 白米魚肉時蔬	水果	5.5	1.4	0.0	1.0	1.0	2.0	669		
	4/21	二	白饅頭 總頭	鮮奶 鮮奶	香酥魚排 魚排S	蔥爆麵腸 麵腸洋蔥Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	豆薯豚骨湯 刈包Q紅蘿蔔Q大骨S	粉圓豆花 白米魚肉時蔬	水果	5.0	1.5	0.5	0.8	1.0	1.8	744		
第 11 週	4/22	三	雲吞細粉湯 總頭	小鮮奶 小鮮奶	三杯雞 雞胸肉S百頁豆腐九層塔	肉燥筍乾 筍乾Q	溯源青菜 青菜Q	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q紅蘿蔔Q	馬鈴薯濃湯 洋芋洋蔥三色丁S紅蘿蔔Q	水果	5.2	1.6	0.0	1.0	1.0	2.0	659		
	4/23	四	芋頭滑蛋粥 白米芋頭雞蛋Q時蔬	芝麻飯 白米芝麻	茄汁豆包 豆包洋蔥Q三色丁S	綠野鮮菇 時蔬Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	金菇三絲湯 金菇Q時蔬Q木耳大骨S	蘿蔔豆腐湯 白蘿蔔Q豆腐時蔬雞蛋Q粉條	水果	5.3	1.4	0.0	1.5	1.0	2.1	668		
	4/24	五	什錦烏龍麵 烏龍麵貢丸蟹味棒木耳時蔬	特餐 特餐	麻油雞燴飯 白米雞胸肉S高麗菜杏鮑菇Q	紅燒芋芋 洋芋Q時蔬Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	味噌豆腐湯 豆腐時蔬Q	仙草蜜 仙草	水果	4.6	1.5	0.0	0.3	1.0	1.8	663		
第 12 週	4/27	一	銀絲卷 銀絲卷	鮮奶 鮮奶	日式照燒雞 雞胸肉S洋蔥時蔬Q芝麻	絲瓜金菇 絲瓜Q時蔬Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	白菜與魚湯 白菜Q大骨S時蔬Q紅蘿蔔Q	香菇瘦肉粥 白米時蔬香菇絞肉紅蘿蔔Q	水果	5.2	1.2	0.5	1.0	1.0	2.1	694		
	4/28	二	洋芋通心粉 義大利麵洋芋三色丁S洋蔥	紅紫飯 白米紅紫飯	蒜泥白肉 肉片S時蔬Q	鹽醬上樹 冬粉絞肉肉絲Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	酸菜大骨湯 酸菜大骨S	和風關東煮 白蘿蔔時蔬魚丸豆腐紅蘿蔔Q	水果	5.1	2.1	0.0	1.4	1.0	1.8	691		
	4/29	三	古早味鹹酥湯 雞絲絞肉S韭菜香菇蝦米	燕麥飯 白米燕麥粒	醬燒雞 雞胸肉S時蔬Q紅蘿蔔Q	洋蔥炒蛋 雞蛋Q時蔬Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	扁蒲大骨湯 扁蒲Q大骨S時蔬Q紅蘿蔔Q	肉燥紅麵線 雞絲絞肉S時蔬香菜木耳	水果	5.3	1.7	0.0	1.4	1.0	1.8	675		
4/30	四	南瓜小米粥 白米小米南瓜紅蘿蔔Q蝦米Q香菇	糙米飯 白米糙米	壽喜燒豆腐 豆腐木耳白菜木耳紅蘿蔔Q	黃瓜鍋絲 大黃瓜Q時蔬Q紅蘿蔔Q	溯源青菜 青菜Q	海芽金菇湯 海帶時蔬Q	紅豆薏仁湯 紅豆小薏仁	水果	5.2	1.6	0.0	1.2	1.0	1.8	715			

※菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品。(O)表示生產產追溯QR code。(T)表示產銷履歷菜單皆符合三章一Q申請。

※食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材，未使用輻射汙染食品。

※可能含過敏原：甲殼、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類及其製品，及使用亞硫酸鹽類等。

※若遇不可抗力之天然災害導致影響產地農產品之收成，本公司可適度調整菜單。

※實際供應菜色依每月提供月菜單為主。

確認：_____

