



財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義縣私立星海幼兒園

114 年 04 月幼生餐點計畫



日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
4/1 二	奶香玉米義大利麵	白飯、佃煮鯛魚、季節時蔬、五行蔬菜湯、時令水果	綠豆薏仁湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/2 三	蔬菜餛飩蛋花湯	春捲、柴魚大骨湯、時令水果	奶香芋頭西米露	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/3 四		兒 童 節/清 明 節		☐ 全穀根莖類 ☐ 水果類 ☐ 豆魚蛋肉類 ☐ 蔬菜類
4/4 五		兒 童 節/清 明 節		☐ 全穀根莖類 ☐ 水果類 ☐ 豆魚蛋肉類 ☐ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
4/7 一	鍋燒意麵	白飯、糖醋雞丁、季節時蔬、味噌鮭魚湯、時令水果	番薯芋圓甜湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/8 二	雞蓉玉米粥	白飯、香菇滷肉、季節時蔬、番茄蛋花湯、時令水果	絲瓜豆簽麵	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/9 三	滑蛋雞絲麵	蝦仁蛋炒飯、肉羹湯、時令水果	葡萄捲、養生茶	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/10 四	銀絲卷、豆漿	白飯、照燒里肌、季節時蔬、肉骨茶湯、時令水果	雞蛋布丁	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/11 五	清粥、滷豆包百頁	白飯、椒鹽雞塊、季節時蔬、青菜豆腐湯、時令水果	什錦百懿麵	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
4/14 一	翡翠魷魚粥	白飯、筍干燻肉、季節時蔬、紫菜蛋花湯、時令水果	肉燥米粉湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/15 二	蚵仔麵線	白飯、蜜汁雞翅、季節時蔬、薑絲蛤蜊湯、時令水果	廣東粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/16 三	清粥、肉鬆、滷豆枝	咖哩五穀米飯、蘿蔔大骨湯、時令水果	黑糖粉圓	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/17 四	和風拉麵	白飯、豬肉壽喜燒、季節時蔬、玉米大骨湯、時令水果	菜頭粿湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/18 五	彩色小饅頭、牛奶	白飯、蘿蔔燒肉、季節時蔬、海帶芽湯、時令水果	餐包、決明子茶	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
4/21 一	鮮蔬關廟麵	高麗菜豬肉水餃、酸辣湯、時令水果	日式關東煮	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/22 二	大滷麵	白飯、瓜仔肉燥、季節時蔬、味噌湯、時令水果	粉條甜湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/23 三	南瓜粥、蔥蛋	三鮮炒麵、香芹貢丸湯、時令水果	皮蛋瘦肉粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/24 四	蔬菜湯餃	白飯、蔥爆雞柳、季節時蔬、大黃瓜湯、時令水果	焦糖布丁	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/25 五	全麥吐司、麥茶	白飯、滷香拼盤、季節時蔬、鮮蔬蛋花湯、時令水果	紅豆紫米粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
4/28 一	什錦米苔目	白飯、紅燒豆皮、季節時蔬、金針排骨湯、時令水果	紅豆湯圓	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/29 二	草莓穀樂、牛奶	白飯、鵝蛋肉燥、季節時蔬、香菇雞湯、時令水果	冬瓜洋菜凍	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
4/30 三	地瓜粥、玉米蛋	番茄義大利麵、柴魚油豆腐湯、時令水果	客家板條	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類

➤ 本園一律採用國產豬肉食材。每日午餐飯後皆備有當季水果。

➤ 當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。

➤ 餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。

➤ 如有特殊情形或慶典活動時，本園餐點將作適當修改。

➤ 本菜單內含有牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、魚類等其製品，若不適合、對其過敏體質食用者，請告知班導師。

