

臺北市信義區信義國小附幼108年4月份菜單

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	全穀雜糧類	油脂與堅果種子類	蔬菜類	乳品	水果	豆魚蛋肉	熱量
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐								
4月1日	一	小銀絲卷*1+豆漿	小米飯	無錫豬肉	家常豆腐	時蔬	結頭菜大骨湯	水果	蕃茄湯拉麵	4	1.2	1.9	0	1	1.7	569
4月2日	二	蒸地瓜*1+鮮奶	茄汁蛋炒飯	日式雞排*1		時蔬	玉米濃湯		水果餐	4.2	1.5	1.2	0	0	1.9	534
4月3日	三	肉燥乾麵	白米飯(有機白米)	梅子魚丁	木須炒蛋	時蔬	味噌海芽湯	水果	奶黃包*1+鮮奶	4	1.5	1.2	0	1	1.8	572.5
4月4日	四	清明節連假														
4月5日	五															
4月8日	一	水餃*3	麥片飯	三杯肉片	什錦甜條	時蔬	蕃茄蛋花湯	水果	綠豆粉條湯	4.1	1.2	1.6	0	1	1.5	553.5
4月9日	二	小芝麻包*1+鮮奶	蔬食日 白米飯(有機白米)	什錦油腐	紅仁蒸蛋	時蔬	香菇蔬菜湯		水果餐	4	1.6	1	0	0	1.8	512
4月10日	三	茶葉蛋*1+米漿	燕麥飯	蜜汁雞丁	玉米三色	時蔬	三絲白菜湯	水果	蔬菜肉茸粥	4.2	1.2	1.3	0	1	1.7	568
4月11日	四	青醬義大利麵	糙米飯	義式燉肉	蒜味海茸	時蔬	青菜豆腐湯		水果餐	4	1.2	1.6	0	0	1.8	509
4月12日	五	生日蛋糕*1+豆漿	鮮蔬炒板條	香酥魚排		時蔬	雙色蘿蔔湯	水果	小菠蘿麵包*1+鮮奶	4	1.5	1.6	0	1	1.8	582.5
4月15日	一	雜糧饅頭*1+豆漿	芝麻飯	芋頭燒肉	三色炒蛋	時蔬	冬瓜雞骨湯	水果	麵線羹	4.2	1.2	1.3	0	1	1.9	583
4月16日	二	全麥吐司*1+鮮奶	白米飯(有機白米)	糖醋魚	彩繪洋芋	時蔬	薑絲海帶湯		水果餐	4.5	1.2	1.7	0	0	1.7	539
4月17日	三	南瓜炒米粉	糙米飯	親子丼	西芹豆干	時蔬	金針排骨湯	水果	古早味鹹粥	4	1.2	1.8	0	1	1	514
4月18日	四	滷味(玉米、紅蘿蔔、黑輪)	高麗菜飯	五香肉排*1		時蔬	酸辣湯		水果餐	4	1.5	1.8	0	0	1.5	505
4月19日	五	黑糖饅頭*1+鮮奶	胚芽飯	咖哩雞	肉絲銀芽	時蔬	南瓜大骨湯	水果	仙草蜜	4.4	1.8	1.6	0	1	1.5	601.5
4月22日	一	珍珠丸*2	茄汁義大利麵	滷翅小腿*2		時蔬	義式鮮蔬湯	水果	馬鈴薯濃湯	4.1	1.5	1.4	0	1	1.7	577
4月23日	二	高麗菜包*1+鮮奶	白米飯(有機白米)	沙茶肉片	關東煮	時蔬	肉骨茶湯		水果餐	4.2	1.5	1.8	0	0	1.8	541.5
4月24日	三	燒賣*2+麥茶	紅藜飯	玉米雞丁	泰式粉絲煲	時蔬	山藥薏仁湯	水果	紅豆小湯圓	4.3	1.2	1.5	0	1	1.5	565
4月25日	四	玉兔包*1+黑芝麻豆漿	蕎麥飯	梅干扣肉	彩繪花椰	時蔬	蒲瓜大骨湯		水果餐	4.2	1.2	1.7	0	0	1.8	525.5
4月26日	五	鮮蔬螺旋麵	糙米飯	蔥燒魚丁	海苔炒蛋	時蔬	竹筴大骨湯	水果	蜂蜜蛋糕*1+鮮奶	4	1.2	1.7	0	1	1.8	571.5
4月29日	一	原味小餐包*1+鮮奶	肉絲炒飯	醬燒雞排		時蔬	玉米蘿蔔湯	水果	檸檬愛玉湯	4.2	1	1.6	0	1	1.7	566.5
4月30日	二	炒蘿蔔糕	白米飯(有機白米)	羅勒豬柳	鮮蔬麵疙瘩	時蔬	紫菜蛋花湯		水果餐	4.2	1.5	1.2	0	0	1.6	511.5

備註:菜單中板豆腐、油豆腐、黑豆干、五香豆干、豆包、蘭花干、百頁豆腐、素雞、豆腸、玉米均為非基因改造食材。

本校中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司