

## 臺北市信義區信義國小附幼109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	三	奶酥餐包+鮮奶	燕麥飯	沙茶魚丁	馬鈴薯肉蓉	時蔬	南瓜大骨湯		水果餐	6.1	1.3	1.0	1.0	1.5	1.7	853
4月2日	四	清明節補假														
4月3日	五	兒童節補假														
4月6日	一	水餃*3+紫菜湯	白米飯	咖哩豬肉	西芹干片	時蔬	鮮菇排骨湯	水果	黑糖捲*1+麥茶	7.3	1.4	1.4	0.0	1.0	1.9	811.5
4月7日	二(特)	通心粉濃湯	高麗菜飯	香酥花枝排		時蔬	竹筍大骨湯	水果	芝麻包+鮮奶	6.5	2.0	1.4	1.3	1.0	1.6	922.5
4月8日	三	日式炒烏龍	白米飯(有機白米)	打拋豬肉	鐵板金針菇	時蔬	雙色蘿蔔湯		水果餐	7.0	1.4	1.7	0.0	1.5	1.8	820.5
4月9日	四	菇菇芋頭粥	蕎麥飯	照燒雞丁	香蔥炒蛋	時蔬	番茄豆腐湯	水果	馬拉糕*1+麥茶	8.8	1.6	1.5	0.0	1.0	2.7	988
4月10日	五	蛋糕*1+黑芝麻豆漿	糙米飯	蘿蔔燒肉	蒜香海根	時蔬	酸辣清湯	水果	蘇打餅乾+鮮奶	6.4	1.7	1.4	1.0	1.0	2.9	962
4月13日	一(蔬)	冰烤地瓜*1+麥茶	白米飯	沙茶油腐	茄汁甜條	時蔬	木耳黃芽湯	水果	原味鬆餅*1+豆漿	7.2	1.3	1.2	0.0	1.0	2.4	832.5
4月14日	二(特)	肉羹湯	中華炒麵	香滷豬排		時蔬	羅宋湯	水果	小兔包*1+鮮奶	5.8	1.3	1.5	1.0	1.0	2.2	852
4月15日	三	鮮蔬蘿蔔糕	白米飯(有機白米)	普羅旺斯魚丁	玉米炒蛋	時蔬	鮮瓜排骨湯		水果餐	5.9	1.4	1.4	0.0	1.5	1.9	743.5
4月16日	四	鍋燒意麵	麥片飯	塔香肉片	海帶三絲	時蔬	冬瓜大骨湯	水果	高麗菜包*1+麥茶	6.6	1.4	2.1	0.0	1.0	1.6	757.5
4月17日	五	燒賣*2+米漿	燕麥飯	南瓜燉雞	沙茶粉絲	時蔬	味噌金菇湯	水果	蜂蜜蛋糕*1+鮮奶	7.2	2.2	1.2	1.0	1.0	2.3	990.5
4月20日	一	肉包*1+麥茶	白米飯	京醬肉絲	蝦香高麗	時蔬	金針花湯	水果	珍珠丸*2+豆漿	6.0	1.5	1.3	0.0	1.0	3.2	820
4月21日	二(特)	皮蛋瘦肉粥	茄汁炒飯	蔥油雞排		時蔬	四神湯	水果	銀絲卷*1+鮮奶	8.0	1.4	1.6	1.0	1.0	1.8	983
4月22日	三	肉燥拌麵	白米飯(有機白米)	樹子魚丁	三杯杏鮑菇	時蔬	高麗鮮蔬湯		水果餐	6.2	1.8	2.0	0.0	1.5	1.8	790
4月23日	四	竹筍瘦肉粥	糙米飯	蒜泥白肉	番茄炒蛋	時蔬	薑絲紫菜湯	水果	豬肉餡餅*1+米漿	8.3	1.8	2.3	0.0	1.0	2.6	974.5
4月24日	五	茶葉蛋*1+麥茶	蕎麥飯	玉米雞丁	蜜汁豆干	時蔬	大滷湯	水果	泡芙*1+鮮奶	5.8	2.2	1.2	1.0	1.0	2.6	915
4月27日	一	小籠湯包*2+麥茶	白米飯	豉汁肉片	豆皮甜條	時蔬	五行蔬菜湯	水果	奶皇包*1+豆漿	7.1	1.5	1.5	0.0	1.0	2.9	879.5
4月28日	二(特)	廣東粥	塔香義大利麵	滷雞排		時蔬	玉米濃湯	水果	吐司*1+鮮奶	7.4	1.5	1.4	1.3	1.0	2.0	993
4月29日	三	鮮蔬雞絲麵	白米飯(有機白米)	番茄燉肉	清炒鮮瓜	時蔬	青菜豆腐湯		水果餐	5.7	1.4	1.6	0.0	1.5	1.9	734.5
4月30日	四	銀絲卷*1+麥茶	芝麻飯	麻油雞	古早味蒸蛋	時蔬	洋芋排骨湯	水果	原味餐包*1+鮮奶	7.5	1.8	1.2	1.0	1.0	1.8	956

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