



薇閣幼兒園

· 營養餐點單 ·



日期/營養成份

點心

午餐

4/15(一)

全穀雜糧類 5.6 份
豆魚蛋肉類 3.5 份
蔬菜類 1.2 份
水果類 1.0 份
油脂類 2.0 份
熱量 704 大卡

早上點心：金瓜米粉湯
(南瓜、豬肉、高麗菜、紅蘿蔔、濕細米粉)
Rice vermicelli with pumpkin soup
下午點心：什錦餛飩湯 Wonton soup
(紫菜、紅蘿蔔、小白菜、餛飩、芹菜)
安親班：洋蔥圈、地瓜條+蘑菇湯 Deep fried
onion and sweet potato + mushroom cream soup

4/16(二)

全穀雜糧類 5.2 份
豆魚蛋肉類 3.2 份
蔬菜類 1.3 份
水果類 1.0 份
油脂類 2.0 份
熱量 758 大卡

早上點心：皮蛋瘦肉粥
(豬肉、高麗菜、鮑魚菇、紅蘿蔔、皮蛋)
Century egg and pork congee
下午點心：魷魚羹麵 Vermicelli in squid soup
(魷魚羹、金針菇、紅蘿蔔、木耳、大白菜、
雞蛋、熟白麵)
安親班：夏威夷炒飯+青菜湯
Hawaii fried rice + vegetable soup

4/17(三)

全穀雜糧類 4.3 份
豆魚蛋肉類 4.0 份
蔬菜類 1.2 份
水果類 1.0 份
油脂類 2.0 份
熱量 719 大卡

早上點心：銀絲卷+豆漿
Steamed bun + soybean milk
下午點心：蘿蔔糕+味噌湯
(蘿蔔糕、柴魚、豆腐、海帶芽、味噌)
Fried radish cake + Miso and bean curd soup
安親班：什錦燴飯 Mixed meat with sauce over rice
(豬肉、洋蔥、紅蘿蔔、木耳、鮑魚菇、高麗
菜、雞蛋)

4/18(四)

全穀雜糧類 6.1 份
豆魚蛋肉類 2.9 份
蔬菜類 1.4 份
水果類 1.0 份
油脂類 2.2 份
熱量 747 大卡

早上點心：小餐包+牛奶 Bun + milk
下午點心：雞絲冬粉湯
(雞肉、高麗菜、紅蘿蔔、鮑魚菇、粉絲)
Green bean noodles with shredded chicken soup
安親班：酸辣湯餃
Sweet and sour soup with dumplings

4/19(五)

全穀雜糧類 5.3 份
豆魚蛋肉類 2.2 份
蔬菜類 1.5 份
水果類 1.0 份
油脂類 2.0 份
熱量 738 大卡

早上點心：奶油麵包+豆漿
Cream bread + soybean milk
下午點心：煮玉米段+白菜豆腐湯
(玉米、粗骨、大白菜、豆腐、紅蘿蔔)
Sweet corn + bean curd and Chinese cabbage soup
安親班：珍珠丸+黃豆芽海帶湯 Sticky rice and
mince pork ball + kelp and soybean sprout soup

1. 糙米飯 (白米、糙米) Germinated rice
2. 鐵板豬柳 (豬肉、豆芽菜、洋蔥) Pork fillet
3. 肉末豆腐 (豬肉、豆腐、三色豆)
Braised bean curd with mince pork in soy sauce
4. 炒大陸妹 (大陸妹、蒜) Stir-fried lettuce
5. 紫菜蛋花湯 (粗骨、紫菜、雞蛋)
Egg drop and seaweed soup
6. 水果：蘋果 Apple

1. 地瓜飯 (白米、地瓜) Sweet potato rice
2. 烤麩燒肉 (豬肉、烤麩、胡蘿蔔、筍)
Braised pork and deep-fried gluten in brown sauce
3. 玉米炒蛋 (雞蛋、玉米) Scrambled eggs with sweet corn
4. 炒青江菜 (青江菜、蒜) Stir-fried spoon cabbage
5. 香菇雞湯 (雞腿肉、鮮香菇)
Black mushroom and chicken soup
6. 水果：香蕉 Banana

1. 酢醬麵 Noodle with meat sauce
(豬肉、豆干、洋蔥、小黃瓜、毛豆、雞蛋麵、甜麵
醬、豆瓣醬)
2. 鹽酥雞 (雞胸肉) Deep fried chicken
3. 炒小白菜 (小白菜、薑) Stir fried bok choy
4. 蘿蔔排骨湯 (粗骨、白蘿蔔、芹菜) Radish soup
5. 水果：芭樂 Guava

1. 雜糧飯 (白米、小薏仁、紫米、燕麥、蕎麥)
Steamed whole wheat rice
2. 味噌肉片 (豬肉、洋蔥、味噌)
Stewed sliced meat with miso
3. 茄汁鯛魚 (鯛魚、洋蔥、牛番茄、番茄醬)
Braised bream fillet with tomato sauce
4. 炒莪白菜 (莪白菜、薑) Stir-fried bok choy
5. 大黃瓜湯 (粗骨、大黃瓜) Cucumber soup
6. 水果：西瓜 Watermelon

1. 糙米飯 (白米、糙米) Germinated rice
2. 香菇肉丁 (豬肉、豆干、鮮香菇)
Stewed diced pork with black mushrooms
3. 青花菜炒雞絲 (雞肉、青花菜、胡蘿蔔、木耳)
Stewed broccoli with shredded chicken in soy sauce
4. 炒高麗菜 (高麗菜、胡蘿蔔、木耳) Stir-fried cabbage
5. 番茄蛋花湯 (粗骨、牛番茄、雞蛋、豆腐)
Egg drop and tomato soup
6. 水果：香瓜 Cantaloupe



♥ 本園一律使用國產豬肉&牛肉食材
♥ 遇臨時偶發事件，無法供應原訂餐點時，則以他類食品替代

