



臺南市私立活水樹谷幼兒園 110 年 4 月份菜單

第 10 週		4/5(一)	4/6(二)	4/7(三)	4/8(四)	4/9(五)
早餐 08:00-08:40		兒童節 // 清明節	雙色土司 米漿	小米粥	浮水魚羹米粉	芋頭包 牛奶
	午餐 11:00-11:40		什錦湯拌飯	白飯. 蘿蔔燒肉. 三色蛋. 炒油菜	薏仁飯. 蠔油雞 丁. 西芹豆干. 炒 青江菜	台南米糕
涼薯蛋花湯				番茄蔬菜湯	羅宋湯	
食材	豬肉. 高麗菜. 香 菇. 筍絲. 袖珍菇		豬肉. 蘿蔔. 雞蛋. 鹹蛋. 皮蛋. 油菜	雞肉. 芹菜. 豆干. 青江菜. 番茄白菜	豬肉. 小黃瓜. 馬 鈴薯. 芹菜. 番茄	
水果	番茄		木瓜	蜜棗	芭樂	
點心 14:10-15:00	檸檬山粉圓		鳳梨酥 決明子茶	紫米紅豆湯	波蘿麵包 麥茶	
晚餐 17:00-17:40	白飯. 咖哩肉燥. 毛豆炒豆干. 清江 菜		炒麵	白飯. 梅干扣肉. 田園三色. 炒油菜	鍋燒意麵	
	貢丸湯		味噌湯	枸杞菇菇湯		
食材	豬肉. 毛豆. 豆干. 青江菜.		豬肉. 高麗菜. 油 菜. 胡蘿蔔	豬肉. 青豆仁. 玉 米粒. 胡蘿蔔. 油 菜. 綜合菇	豬肉. 高麗菜香 菇. 袖珍菇. 金針 菇	
餐點類別 檢核	全穀根莖類		V	V	V	V
	肉魚豆蛋類	V	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V	V

*菜單「依幼兒餐點食物內容及營養基準」設計規劃，合乎幼兒每日所需營養、熱量及份數

*本園一律使用國產豬，肉類食品不食用牛肉



臺南市私立活水樹谷幼兒園 110 年 4 月份菜單

第 11 週		4/12(一)	4/13(二)	4/14(三)	4/15(四)	4/16(五)
早餐 08:00-08:40		葡萄筒 豆漿	銀絲卷 牛奶	小餐包 五穀奶	鍋燒雞絲麵	草莓饅頭 米漿
午餐 11:00-11:40		泰式炒飯 鮮蔬湯	糙米飯. 香酥柳 葉魚. 塔香肉 片. 炒豆芽	小米飯. 筍乾肉 燥. 大黃瓜燴丸 子. 炒青江菜	白飯. 客家小炒. 番茄炒蛋. 炒油菜	豆腐咖哩飯 金針排骨湯
			冬瓜蛤蜊湯	紫菜蛋花湯	蘿蔔排骨湯	
食 材		鳳梨. 毛豆仁. 胡蘿蔔. 雞蛋. 高麗菜	魚肉. 豬肉. 豆芽 菜. 韭菜	豬肉. 筍乾. 代黃 瓜. 青江菜. 雞蛋	豬肉. 豆干. 番茄. 雞蛋. 油菜	豬肉. 馬鈴薯. 紅 蘿蔔. 豆腐.
水 果		香蕉	芭樂	木瓜	哈密瓜	蘋果
點心 14:10-15:00		雞蛋布丁	玉米濃湯	脆皮雞蛋糕 麥茶	可頌麵包 蜜茶	沙琪瑪 檸檬水
晚餐 17:00-17:40		水餃	白飯. 滷豬排. 韭 菜花炒豆干. 炒青 江菜	鮪魚玉米粥	薏仁飯. 紅燒豆 腐. 玉米絞肉. 炒 高麗菜	餛飩麵
		酸辣湯	大頭菜排骨湯		魚丸湯	
食 材		豬肉. 高麗菜. 筍絲. 木耳	豬肉. 韭菜花. 豆 干. 青江菜.	魚肉. 玉米. 雞蛋.	豬肉. 豆腐. 玉米 粒. 高麗菜	豬肉. 高麗菜. 金 針菇. 香菇. 秀珍 菇
餐 點 類 別 檢 核	全穀根莖 類	V	V	V	V	V
	肉魚豆蛋 類	V	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V	V

* 菜單「依幼兒餐點食物內容及營養基準」設計規劃，合乎幼兒每日所需營養、熱量及份數

* 本園一律使用國產豬，肉類食品不食用牛肉



臺南市私立活水樹谷幼兒園 110 年 4 月份菜單

第 12 週		4/19(一)	4/20(二)	4/21(三)	4/22(四)	4/23(五)
早餐	08:00-08:40	葡萄土司 豆漿	綜合饅頭 黑糖撞奶	青菜絞肉冬粉	蔥花麵包 牛奶	芝麻包 五穀奶
午餐	11:00-11:40	日式烏龍麵	糙米飯. 肉燥車 輪. 紅蘿蔔炒 蛋. 炒黃瓜	薏仁飯. 塔香雞 丁. 日式蒸蛋. 炒 高麗菜	白飯. 滷豬排. 田 園三色. 炒油菜	什錦炒麵 番茄蔬菜湯
			玉米蛋花湯	芹香丸子湯	大頭菜排骨湯	
食 材	豬肉高麗菜. 金 針菇. 香菇. 袖 珍菇	豬肉. 胡蘿蔔. 雞 蛋. 大黃瓜玉米	雞肉. 雞蛋. 高麗 菜. 芹菜	豬肉. 馬鈴薯. 毛 豆. 玉米粒. 胡蘿 蔔. 油菜. 大頭菜	豬肉. 高麗菜. 胡 蘿蔔. 綜合菇. 番 茄	
水 果		芭樂	香蕉	蘋果	木瓜	香蕉
點 心	14:10-15:00	粉角綠豆湯	鳳梨愛玉	馬卡龍 決明子茶	棒棒腿. 麥茶	慶生蛋糕 LP33 優酪乳
晚餐	17:00-17:40	鮮蔬燴飯	白飯. 香菇肉燥. 客家小炒. 炒豆芽	夏威夷炒飯	糙米飯. 馬鈴薯燉 肉. 家常豆腐. 炒 青江菜	肉鬆廣東粥
			味噌湯	金針排骨湯	紫菜蛋花湯	
食 材	豬肉高麗菜. 金 針菇. 香菇. 秀 珍菇	豬肉. 香菇. 芹菜. 豆干. 豆芽菜. 韭 菜. 豆腐	豬肉. 雞蛋. 鳳梨. 金針菇	豬肉. 豆腐. 青江 菜	豬肉. 高麗菜. 香 菇. 海帶芽	
餐 點 類 別 檢 核	全穀根莖 類	V	V	V	V	V
	肉魚豆蛋 類	V	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V	V

* 菜單「依幼兒餐點食物內容及營養基準」設計規劃，合乎幼兒每日所需營養、熱量及份數

* 本園一律使用國產豬，肉類食品不食用牛肉



臺南市私立活水樹谷幼兒園 110 年 4 月份菜單

第 13 週		4/26(一)	4/27(二)	4/28(三)	4/29(四)	4/30(五)
早餐	08:00-08:40	小餐包 豆漿	肉鬆地瓜粥	銀絲卷 米漿	奶皇包 牛奶	勞動節
午餐	11:00-11:40	肉羹麵	小米飯.炸唐揚 雞.豆皮肉燥. 炒高麗菜	糙米飯.瓜仔肉 燥.玉米炒蛋.炒 油菜	麥片飯.梅干扣 肉.家常豆腐.炒 青江菜	
			薑絲蛤蜊湯	刺瓜丸子湯	涼薯蛋花湯	
食 材	肉羹.高麗菜. 香菇.筍絲.袖 珍菇.金針菇. 胡蘿蔔.雞蛋	雞肉.豬肉.高麗 菜.蛤蜊	豬肉.玉米.雞蛋. 油菜.大黃瓜	豬肉.胡蘿蔔.青 豆仁.青江菜.雞 蛋.		
水 果	香蕉	鳳梨	木瓜	洋香瓜		
點 心	14:10-15:00	紅豆薏仁湯	奶酥麵包 黑豆水	肉包 冬瓜茶	烤地瓜 麥茶	
晚餐	17:00-17:40	什錦炒飯	白飯.糖醋甜不 辣.古早味肉燥. 炒豆芽菜	什錦湯拌飯	古早味粿仔條	
		鮮蔬湯	香芹丸子湯	薑絲冬瓜湯		
食 材	豬肉.胡蘿蔔. 青豆仁.玉米 粒.雞蛋.	豬肉.豆皮.豆芽 菜.芹菜	高麗菜.筍絲.香 菇.秀珍菇.金針 菇	豬肉.高麗菜.胡 蘿蔔.韭菜.豆芽 菜		
餐 點 類 別 檢 核	全穀根莖 類	V	V	V	V	
	肉魚豆蛋 類	V	V	V	V	V
	蔬菜類	V	V	V	V	V
	水果類	V	V	V	V	V

*菜單「依幼兒餐點食物內容及營養基準」設計規劃，合乎幼兒每日所需營養、熱量及份數

*本園一律使用國產豬，肉類食品不食用牛肉