



臺南市私立活水樹谷幼兒園 111 年 4 月份菜單

		4/4(一)	4/5(二)	4/6(三)	4/7(四)	4/8(五)
早餐	08:00-08:40	兒童節放假	清明節放假	雙色土司 牛奶	雞蛋饅頭 米漿	葡萄乾小米粥
午餐	11:00-11:40			白飯 豆皮肉燥 培根炒蛋 炒豆芽菜	麥片飯 瓜仔肉燥 炒三絲 炒高麗菜	紅燒豬肉湯麵
食 材	豬肉. 豆皮. 培根. 蛋. 豆芽菜. 金針 菇. 排骨			麥片. 豬肉. 脆瓜. 胡蘿蔔. 木耳. 筍 絲. 高麗菜. 豆薯. 蛋	番茄. 豬肉. 高麗 菜. 綜合菇	
水 果				火龍果	柳丁	蘋果
點 心	14:10-15:00			鳳梨酥 決明子茶	蔥花麵包 檸檬水	粉條綠豆湯
晚 餐	17:00-17:40			麻婆豆腐燴飯	白飯 蒜泥白肉 菜脯蛋 炒青江菜	南瓜蔬菜粥
食 材	豬肉. 豆腐. 玉米. 青豆仁. 胡蘿蔔. 番 茄. 洋蔥. 芹菜. 貢 丸			豬肉. 蛋. 菜脯. 青 江菜. 榨菜. 豬肉絲	豬肉. 高麗菜. 金 針菇. 香菇. 南瓜 芹菜	
餐 點 類 別 檢 核	全穀根莖 類				V	V
	肉魚豆蛋 類		V	V	V	
	蔬菜類		V	V	V	
	水果類		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

*午餐水果僅供參考，以當季水果為主



臺南市私立活水樹谷幼兒園 111 年 4 月菜單

		4/11(一)	4/12(二)	4/13(三)	4/14(四)	4/15(五)
早餐 08:00-08:40		小餐包 豆漿	鮪魚玉米吐司 牛奶	草莓饅頭 黑糖撞奶	肉鬆地瓜粥	芋頭包 米漿
午餐 11:00-11:40		肉鬆廣東粥	白飯 馬鈴薯燒肉 日式蒸蛋 青江菜 雙色蘿蔔湯	小米飯 百頁雞丁 客家小炒 炒高麗菜 紫菜蛋花湯	糙米飯 打拋豬 雞米花 炒菠菜 貢丸湯	肉羹拌飯
食材			豬肉. 馬鈴薯. 蛋. 青江菜. 紅/白蘿蔔. 排骨	小米. 雞肉. 百頁. 豬肉. 豆干. 芹菜. 高麗菜. 紫菜. 蛋	糙米. 豬肉. 雞肉. 洋蔥. 番茄. 九層塔. 洋蔥. 菠菜. 貢丸. 芹菜	
水果		香蕉	芭樂	木瓜	香蕉	橘子
點心 14:10-15:00		雞蛋布丁	肉包 麥茶	黑糖豆花	檸檬冬瓜山粉圓	棒棒腿 蜜茶
晚餐 17:00-17:40		豬肉燴飯	白飯 滷豬排 大黃瓜炒黑輪 炒油菜 青菜豆腐湯	鮪魚玉米粥	白飯 梅干肉燥 毛豆炒豆干 炒小白菜 玉米蛋花湯	什錦麵
食材			豬肉. 胡蘿蔔. 青豆仁. 玉米粒. 高麗菜		豬肉. 大黃瓜. 黑輪. 韭菜. 油菜. 小白菜. 豆腐	
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

*午餐水果僅供參考，以當季水果為主



臺南市私立活水樹谷幼兒園 111 年 4 月份菜單

		4/18(一)	4/19(二)	4/20(三)	4/21(四)	4/22(五)
早餐	08:00-08:40	葡萄筒 豆漿	肉末冬粉湯	玉米脆片牛奶	銀絲卷 米漿	韭香米苔目
午餐	11:00-11:40	什錦湯拌飯	麥片飯 筍乾燒肉 炸雞排 炒高麗菜	白飯 塔香燒肉 三色蛋 炒油菜	薏仁飯 香酥柳葉魚 蕃茄炒豆腐 炒菠菜	水餃
			涼薯蛋花湯	豆皮味噌湯	榨菜肉絲湯	
食 材		豬肉.綜合菇. 胡蘿蔔.高麗 菜.木耳.筍絲	筍乾.豬肉.雞肉 高麗菜.胡蘿蔔 涼薯	豬肉.洋蔥.九層 塔.鹹蛋.皮蛋.油 菜.豆皮.雞蛋	薏仁.柳葉魚.蕃茄. 豆腐.菠菜.榨菜.豬 肉	豬肉.豆腐.筍 絲.木耳絲.紅 蘿蔔
水 果		香蕉	番茄	香蕉	芭樂	木瓜
點 心	14:10-15:00	芋頭西米露	烤地瓜 檸檬水	脆皮雞蛋糕 麥茶	關東煮	仙草甜湯
晚 餐	17:00-17:40	南瓜蔬菜麵	白飯 三杯雞 蔥花蘿蔔炒蛋 炒豆芽菜	鍋燒意麵	白飯 蠔油雞丁 韭菜花炒豆干 炒A菜	台南米糕
			貢丸湯		枸杞菇菇湯	
食 材		豬肉.南瓜.高 麗菜.紅蘿蔔. 綜合菇	雞肉.蔥.蘿蔔. 蛋 豆芽菜.韭菜. 貢丸.芹菜	豬肉.高麗菜.香 菇.金針菇.高麗 菜.紅蘿蔔	雞肉.洋蔥.豆干 韭 菜花.A 菜.綜合菇. 枸杞	豬肉.貢丸.小 黃瓜.紫菜.蛋
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

*午餐水果僅供參考，以當季水果為主



臺南市私立活水樹谷幼兒園 111 年 4 月份菜單

		4/25(一)	4/26(二)	4/27(三)	4/28(四)	4/29(五)
早餐	08:00-08:40	蔥花麵包 豆漿	雞蛋麵線	鮮奶饅頭 黑糖撞奶	杯子蛋糕 牛奶	翡翠肉羹米粉
午餐	11:00-11:40	夏威夷炒飯	白飯 咖哩肉燥 田園三色 炒高麗菜	糙米飯 百頁燒肉 鳳梨木耳 炒豆芽菜	麥片飯 瓜仔雞 紅蘿蔔炒蛋 炒青江菜	香甜咖哩飯
		海芽蔬菜湯	冬瓜排骨湯	涼薯香菇湯	紫菜蛋花湯	薑絲蛤蜊湯
食 材		豬肉.高麗菜. 胡蘿蔔.洋蔥. 鳳梨.海帶芽	豬肉.洋蔥.木耳. 胡蘿蔔.冬瓜.	豬肉.百頁.鳳梨. 木耳.豆芽菜.豆 薯.香菇	雞肉.脆瓜.胡蘿 蔔.雞蛋.青江 菜.	豬肉.紅蘿蔔. 綜合菇.高麗菜. 蛤蜊
水 果		木瓜	蘋果	香蕉	芭樂	番茄
點 心	14:10-15:00	紫米紅豆湯	小牛角 黑豆水	銅鑼燒 麥茶	玉米濃湯	慶生蛋糕 LP33優酪乳
晚 餐	17:00-17:40	紅燒豬肉湯 麵	白飯 三杯雞 大黃瓜炒蛋 炒油菜	玉米肉末粥	白飯 台式滷味 玉米絞肉 炒高麗菜	鍋燒雞絲麵
			味增豆腐湯		番茄蔬菜湯	
食 材		豬肉.高麗菜. 綜合菇	雞肉.洋蔥.雞蛋. 大黃瓜.油菜.豆腐	豬肉.高麗菜.金針 菇.香菇.玉米粒	豬肉.玉米.豆 干.米血.百頁. 高麗菜.胡蘿蔔. 蕃茄.	豬肉.小白菜. 紅蘿蔔.袖珍菇. 魚板.蛋
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

*午餐水果僅供參考，以當季水果為主