臺北市私立三民幼兒園 112 年 4 月餐點表

日期	星期	上午點心	午　　餐		下午點心
3	一		4/3~4/5 清明/婦幼節放假	時令水果	
6	四	蔬時麵	茄汁魚片、三色馬鈴薯丁、時蔬、紫菜湯		紅豆湯
7	五	鹹稀飯	豬肉什錦蓋飯、時蔬、白玉排骨湯		豆漿+黑糖饅頭
10	一	什錦螺絲麵	南瓜雞丁、百頁豆腐、時蔬、金針肉絲湯		大滷麵
11	二	牛奶麥片	三杯杏鮑菇、螞蟻上樹、時蔬、薑絲冬瓜湯		地瓜粥
12	三	味噌拉麵	木須炒肉、開陽扁蒲、時蔬、黃瓜大骨湯(糙米飯)		米苔目
13	四	大麵羹	小魚蛋豆腐、毛豆肉末、時蔬、羅宋湯		南瓜粥
14	五	蛋汁麵	肉醬麵、時蔬、玉米濃湯		牛奶+餐包
17	一	吻仔魚粥	咖哩雞肉飯、時蔬、四神湯		雞絲麵
18	二	糙米甜粥	紅燒豆腐、什錦燴大瓜、時蔬、蕃茄蛋花湯		什錦粄條
19	三	什錦冬粉	芋頭燒肉、金針菇炒豆芽、時蔬、蓮藕湯（五穀飯）		香菇肉粥
20	四	擔仔麵	鳳梨魚片、芹菜干絲、時蔬、薏仁排骨湯		麵線糊
21	五	通心粉	烹飪課～「臺灣小吃」滷味飯		綠豆地瓜湯
24	一	八寶粥	蔥爆雞柳條、關東煮、時蔬、山藥排骨湯		肉燥冬粉
25	二	牛奶西米露	鐵板豆腐、洋芋咖哩、時蔬、玉米湯		蔬時粥
26	三	肉羹麵	木須肉片、絲瓜麵線、時蔬、海結排骨湯（糙米飯）		烏龍麵
27	四	油豆腐細粉	銀魚烘蛋、彩椒黃豆芽、時蔬、筍子雞湯		玉米瘦肉粥
28	五	紫米甜湯	什錦炒飯、時蔬、南瓜湯		牛奶+銀絲捲

一、餐點內容以食物為主減少加工品的使用，故點心以粥品、麵食為主，並視幼兒口味及季節的變化隨機調整，水果及青菜以應時蔬果調配。每週三提供糙米或五穀米與白米混合烹煮。

二、餐飲調配注意味道溫和爽口，能引起幼兒食慾；食物的大小和形狀適當，便於幼兒取用與咀嚼。

三、如有過敏食物，請事先告知；特殊忌口者，請自備餐點。

四、配合課程的需要，實施烹飪課時，不以當日點心為主。

五、每週二「環保愛地球」素食日，減少排放二氧化碳、也減少飼養動物所消耗的穀物。

六、餐點食材管理--本園一律使用國產豬肉、雞肉之生鮮食材。