

保進文教~愛德堡幼兒園

110年4月份餐點表

日期	星期	早餐	午餐					下午點心
			主食	主菜	副菜	副菜	飯後湯	
1	四	陽春麵	鮮蔬豬柳燴飯				洋蔥 味噌湯	水果 紫米粥
營養分析 熱量 726Kcal 蛋白質 20g 脂肪 22g 醣類 105g								
2	五	清節連假(4/2-4/5 共四天) 假期愉快						
3	六							
4	日							
5	一							
6	二	丸子冬粉	地瓜飯	洋蔥 滷肉絲	三杯油丁	季節時蔬	南瓜玉米 蛋花湯	水果 肉羹麵線
營養分析 熱量 714Kcal 蛋白質 22g 脂肪 22g 醣類 107g								
7	三	雞絲麵	紫米飯	瓜子肉	洋蔥炒蛋	季節時蔬	蘿蔔湯	水果 瘦肉玉米粥
營養分析 熱量 726Kcal 蛋白質 24g 脂肪 22g 醣類 112g								
8	四	葡萄吐司 牛奶	蘋果咖哩洋蔥蔬菜飯				九片 青菜湯	水果 什錦米粉湯
營養分析 熱量 726Kcal 蛋白質 20g 脂肪 22g 醣類 100g								
9	五	營養鮭魚 蛋粥	家常炒麵				紫菜湯	水果 雙色饅頭 牛奶
營養分析 熱量 734Kcal 蛋白質 24g 脂肪 21g 醣類 108g								
10	六	歡樂假期						
11	日							
12	一	陽春麵	米飯	家常滷肉	蕃茄炒蛋	季節時蔬	味噌湯	水果 綠豆地瓜湯
營養分析 熱量 710Kcal 蛋白質 23g 脂肪 22g 醣類 112g								
13	二	營養湯餃	地瓜飯	豆輪滷肉	絲瓜 燴鮮菇	季節時蔬	豆腐湯	水果 關東煮
營養分析 熱量 680Kcal 蛋白質 21g 脂肪 20g 醣類 104g								
14	三	全麥吐司 牛奶	糙米飯	冬瓜魯肉	紅燒豆包	季節時蔬	蛋花湯	水果 滑蛋瘦肉粥
營養分析 熱量 738Kcal 蛋白質 25g 脂肪 22g 醣類 107g								
15	四	鹹米苔目	鮮蔬豬柳燴飯				鮮蔬湯	水果 絲瓜麵線
營養分析 熱量 726Kcal 蛋白質 20g 脂肪 22g 醣類 105g								
16	五	丁香魚 杏菜粥	榨菜肉絲麵				水果 黑糖饅頭 牛奶	
營養分析 熱量 722Kcal 蛋白質 24g 脂肪 22g 醣類 110g								

『本園一律使用國內在地豬肉食材，敬請安心』

保進文教~愛德堡幼兒園

110年4月份餐點表

日期	星期	早餐	午餐					下午點心	
			主食	主菜	副菜	副菜	飯後湯		水果
17	六	歡樂假期							
18	日								
19	一	蕃茄蔬菜麵	米飯	香菇肉燥	黑輪炒小黃瓜	季節時蔬	金針菇蛋花湯	水果	綠豆地瓜湯
營養分析 熱量 664Kcal 蛋白質 21g 脂肪 20g 醣類 112g									
20	二	丸子冬粉	地瓜飯	洋蔥滷肉絲	三杯油丁	季節時蔬	蔬菜湯	水果	肉羹麵線
營養分析 熱量 714Kcal 蛋白質 22g 脂肪 22g 醣類 107g									
21	三	雞絲麵	糙米飯	瓜子肉	洋蔥炒蛋	季節時蔬	枸杞蘿蔔湯	水果	瘦肉玉米粥
營養分析 熱量 726Kcal 蛋白質 24g 脂肪 22g 醣類 112g									
22	四	葡萄吐司牛奶	蘋果咖哩洋蔥蔬菜飯				九片青菜湯	水果	什錦米粉湯
營養分析 熱量 726Kcal 蛋白質 20g 脂肪 22g 醣類 100g									
23	五	營養鮭魚蛋粥	家常炒麵				紫菜湯	水果	雙色饅頭牛奶
營養分析 熱量 734Kcal 蛋白質 24g 脂肪 21g 醣類 108g									
24	六	歡樂假期							
25	日								
26	一	陽春麵	米飯	冬瓜魯肉	玉米炒蛋	季節時蔬	味增湯	水果	紅豆湯
營養分析 熱量 709Kcal 蛋白質 22g 脂肪 21g 醣類 112g									
27	二	滑蛋瘦肉粥	地瓜飯	豆輪滷肉	絲瓜燴鮮菇	季節時蔬	洋蔥豆腐湯	水果	關東煮
營養分析 熱量 701Kcal 蛋白質 22g 脂肪 21g 醣類 106g									
28	三	全麥吐司牛奶	米飯	家常滷肉	蕃茄炒蛋	季節時蔬	味增湯	水果	紫米粥
營養分析 熱量 710Kcal 蛋白質 23g 脂肪 22g 醣類 112g									
29	四	營養湯餃	鮮蔬豬柳燴飯				鮮蔬湯	水果	絲瓜麵線
營養分析 熱量 726Kcal 蛋白質 20g 脂肪 22g 醣類 108g									
30	五	(五一勞動節~歡樂假期)							

『本園一律使用國內在地豬肉食材，敬請安心』