



唐榮國小附設幼兒園4月份營養午餐食譜



日期	星期	主食	主菜	副食		湯	
4/1	一	白米飯	芹香木耳炒豆	白芋炒蛋	季節青菜	皇帝豆湯	
4/2	二	薏仁飯	蠔油肉片	球花炒黑輪	季節青菜	酸辣湯	水果
4/3	三	番茄鐵板麵			季節青菜	雙蘿排骨湯	
4/4	四	清明連假					
4/5	五						
4/8	一	白米飯	沙茶麵腸	番茄炒蛋	季節青菜	海結湯	
4/9	二	麥片飯	蘑菇雞柳	田園鮮蔬	季節青菜	紫菜蛋花湯	水果
4/10	三	什錦燴飯			季節青菜	金菇排骨湯	
4/11	四	糙米飯	咕咾肉	西芹炒小卷	有機青菜	冬瓜雞湯	水果
4/12	五	白米飯	三杯雞	姑姑豆腐煲	季節青菜	摩摩喳喳甜湯	
4/15	一	白米飯	冰糖醬燒杏	洋蔥炒蛋	季節青菜	芹香玉米塊	
4/16	二	芝麻飯	滷豬腳	大黃瓜燴鵪	季節青菜	薑絲海牙湯	水果
4/17	三	古早味飯湯					
4/18	四	糙米飯	打拋肉	白花椰炒雞	有機青菜	冬菜蘿蔔湯	水果
4/19	五	白米飯	糖醋鳳梨雞	時蔬炒冬粉	季節青菜	綠豆甜湯	
4/22	一	白米飯	三杯杏菇百頁	毛豆蒸蛋	季節青菜	鮮味香菇湯	
4/23	二	五穀飯	紅燒雞腿丁	白菜滷	季節青菜	山藥排骨湯	水果
4/24	三	麻醬肉燥拌麵			甜豆炒雞柳	香根玉米湯	
4/25	四	糙米飯	印度紅咖哩肉片	客家小炒	有機青菜	甜薯龍骨湯	水果
4/26	五	白米飯	破布子蒸魚	高麗菜炒肉絲	季節青菜	黑糖山粉圓	
4/29	一	白米飯	鮮蔬佛跳牆	玉米炒蛋	季節青菜	海牙豆腐味噌湯	
4/30	二	燕麥飯	古早味肉燥	鮮筍炒木耳肉絲	季節青菜	牛蒡雞湯	水果

