

成真幼兒園 Healthy Meal Planner



	早餐	午餐	點心
4/1	蔬菜粥	糙米飯、醬爆雞丁、炒時蔬、青菜豆腐湯、水果	豆沙蒸包
4/2	玉米粥	香Q白飯、番茄炒蛋燴肉、炒時蔬、黃瓜蔬菜湯、水果	鮮肉粥
4/7	雞蓉玉米粥	什錦炒麵、炒時蔬、番茄豆腐湯、水果	鮮奶饅頭
4/8	蔬菜麵	糙米飯、咖哩雞肉、馬鈴薯紅蘿蔔、青菜豆腐湯、水果	蔬菜肉末麵
4/9	燕麥粥	香Q白飯、五香滷肉、滷豆干、炒食蔬、冬瓜湯、水果	蔬菜米粉湯
4/10	滑蛋豆干粥	香Q白飯、豬肉末燴時蔬貢丸、燉白菜、紫菜小魚湯、水果	古早味蛋糕
4/13	南瓜粥	鮮肉水餃、炒時蔬、玉米濃湯、水果	油豆腐米粉
4/14	蘿蔔肉末麵線	鮮蔬菇炒飯、炒時蔬、豆腐時蔬湯、水果	果醬三明治
4/15	什錦麵條	藜麥飯、馬鈴薯燉雞肉、炒時蔬、莧菜蛋花湯、水果	蔬菜粉絲
4/16	蔬菜玉米粥	香Q白飯、麻婆豆腐、炒時蔬、菠菜湯、水果	什錦麵
4/17	燕麥粥	義大利肉醬麵、香炒時蔬、貢丸湯、水果	草莓鬆餅
4/20	鮮肉粥	香Q白飯、洋葱豬肉、雙色蔬炒蛋、炒時蔬、冬瓜大骨湯、水果	玉米粥
4/21	豆腐肉末粥	什錦炒麵、炒時蔬、水果、番茄蛋花湯	起酥蛋糕
4/22	香菇玉米粥	糙米飯、咖哩雞肉、馬鈴薯紅蘿蔔、莧菜蛋花湯、水果	蔬菜粉絲
4/23	香鬆白粥	香Q白飯、五香滷肉、滷豆干、炒食蔬、紫菜蛋花湯、水果	雞蛋麵線

本園餐點使用台灣自產豬肉製品

