育仁幼兒園 111學年度第2學期3月份餐點表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 活力早點 | 營養午餐 | 精力下午點心 |
| 3/1 | (三) | 綜合丸子湯(魚丸.蝦丸.魚蛋.黃瓜) | 關廟大滷麵(紅白蘿蔔.雞蛋.玉米筍.木耳.香菇肉羹.高麗菜)、水果-蘋果 | 地瓜甜湯(地瓜.糖水) |
| 3/2 | (四) | 水煎包(麵粉.豬肉)、養生茶(枸杞.青旗.紅棗) | 洋蔥燒肉(紅.白蘿蔔.五花肉)、麻婆豆腐(豆腐.豬絞肉.蒜末.蔥)、時蔬-大黃瓜、番茄蛋花湯(番茄.雞蛋.蔥花)、水果-芭樂 | 冬粉鴨 (冬粉.鴨肉.冬菜) |
| 3/3 | (五) | 牛奶玉米片(牛奶.玉米片) | 燒肉粽(糯米.花生.豬肉.鹹蛋)、海帶蘿蔔龍骨湯(海帶.白蘿蔔.龍骨)、水果-香蕉 | 波蘿麵包、麥茶(麵粉.發粉.蛋.大麥) |
| 3/6 | (一) | 紫菜麵線(紫菜.麵線) | 肉燥皇帝豆(豬絞肉.魚蛋)、馬鈴薯肉片(馬鈴薯.豬肉片)、番茄白菜滷魯(番茄.山東白菜)金針排骨湯(蘿蔔.排骨) | 綠豆粉角(綠豆.粉角) |
| 3/7 | (二) | 梅子饅頭(梅子粉.麵粉)、決明子茶(決明子.枸杞.菊花) | 肉絲蛋炒飯(豬肉絲.洋蔥丁.碗豆仁.雞蛋.高麗菜)、皮丸湯、水果-蘋果 | 甜不辣、大黃瓜(魚漿.蛋白.洋蔥大黃瓜) |
| 3/8 | (三) | 金皇燒賣、紫菜湯(豬肉.魚漿.蔥.仔菜) | 芋香滷肉(芋頭.五花肉)、雙菇豆腐(豆腐.香菇.雪白菇.豬絞肉)、蔬菜-高麗菜、當歸鴨肉湯(當歸包.鴨肉)、水果-香蕉 | 鹹粿湯(米漿.油蔥酥.豬肉.豆芽菜) |
| 3/9 | (四) | 營養豆花(黃豆.水.吉利丁) | 香腸蛋炒飯(香腸.雞蛋.青豆仁)、黃豆芽番茄湯、水果-柳丁 | 麻油豬肝麵線(麻油.豬肝.麵線) |
| 3/10 | (五) | 白菜雞絲麵(小白菜.雞絲麵) | 肉燥鵪鶉蛋(鳥蛋.豬絞肉)、九層塔海茸(九層塔.海茸)、蔬菜-菠菜、小白菜豆腐湯(小白菜.豆腐)、水果-芭樂 | 玉米蝦仁粥(玉米粒.蝦仁.米) |
| 3/13 | (一) | 黃瓜丸子湯(大黃瓜.魚丸.蝦丸.鱈魚丸) | 絞肉魯丸(豬絞肉.魯丸)、塔香雞丁(雞丁.杏包菇.九層塔)、時蔬-白花椰菜、小葉蝦滑湯(蝦仁.魚漿.蛋絲)、水果-蘋果 | 青蛙下蛋(黑粉圓.糖水) |
| 3/14 | (二) | 南瓜饅頭、養生茶(南瓜泥.麵粉.枸杞.紅棗.青棋) | 什錦炒意麵(木耳.肉絲.玉米筍.高麗菜.紅蘿蔔絲.花枝)、冬瓜排骨酥湯、水果-蘋果 | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋.鹹蛋.豬肉.蔥花) |
| 3/15 | (三) | 豆漿玉米片(黃豆.玉米片) | 皇帝豆豆皮(皇帝豆.豆皮.紅蘿蔔)、芝士魚條(玉米.起司.旗魚)、蔬菜-菠菜、番茄蛋花湯(番茄.雞蛋) | 酸辣湯(筍絲.木耳.豆腐.豬血.肉絲.) |
| 3/16 | (四) | 山藥球、麥茶(山藥.麵粉.麥子) | 豬肉燴飯(豬肉絲.高麗菜.金針菇.青豆.紅蘿蔔絲.木耳)、水果-香蕉 | 豆芽粄條(豆芽菜.韭菜.粄條) |
| 3/17 | (五) | 鮮奶吐司、牛奶(鮮奶.麵粉.白牛奶) | 醬燒滷蛋(餃肉.滷蛋)、蒜香海帶芽(蒜頭.海帶芽.九層塔)、蔬菜-四季豆、香菇蛤蠣雞湯(香菇.蛤蠣.雞肉)、水果--番茄 | 魷魚羹(木耳.筍絲.魷魚.肉更.山東白菜) |
| 3/20 | (一) | 擔仔麵(油麵.豬絞肉.豆芽菜.韭菜) | 咖哩雞肉麵(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.青豆仁.雞丁)、水果-蘋果 | 黑糖珍珠(黑糖.黑粉圓) |
| 3/21 | (二) | 黑糖瑪拉糕、養生茶(黑糖.雞蛋.麵粉.綠豆.甘草) | 紅白蘿蔔滷肉(紅白蘿蔔.五花肉)、彩椒紅燒豆腐(紅.黃.綠椒.豆腐)、蔬菜-綠花椰、黃瓜貢丸湯(大黃瓜丸)、水果-蘋果 | 糯米腸、豆薯湯(豬腸.糯米.花生.豆薯) |
| 3/22 | (三) | 營養豆花(黃豆.水.吉利丁) | 紅燒獅子頭(魚漿.豬肉.玉米粒)、木須(木耳.金針菇.肉絲)、蒜香高麗菜、番茄豆腐湯(番茄.豆腐) | 香菇雞肉粥(乾香菇.雞胸肉.米) |
| 3/23 | (四) | 小肉包、紫菜湯(麵粉.蔥花.豬腳肉.洋蔥.紫菜) | 三色蛋(雞蛋.皮蛋.鹹蛋)、毛豆蝦仁(毛豆.蝦仁)、蔬菜-空心菜、味噌鮮魚湯(味噌.旗魚.豆腐)、水果-柳丁 | 綠豆麥片(綠豆.麥片) |
| 3/24 | (五) | 雞茸玉米粥 (玉米.雞丁.三色豆.米) | 古早味油飯(三色豆.魷魚.肉絲..香菇.花生)、海帶玉米大骨湯(海帶.玉米.豬大骨)水果—香蕉 | 絲瓜麵線(絲瓜.油蔥酥.麵線 |
| 3/25 | (六) | 芋餅、豆漿(芋頭.餅乾.黃豆.水) | 關廟大滷麵、紅白蘿蔔.雞蛋..玉米筍.木耳..香菇肉羹.高麗菜)、水果-番茄 | 黃瓜關東煮(黃瓜.黑輪.米血.豆包) |
| 3/27 | (一) | 玉米豬肉鍋貼、蔬菜湯(玉米.豬肉.麵粉洋蔥.蔬菜綜合包) | 海鮮燴飯(筍絲.花枝.蝦仁.蚵.肉絲.高麗菜.虱目魚肉)、水果-蘋果 | 蔬菜鮪魚粥(鮪魚.高麗菜.雞蛋) |
| 3/28 | (二) | 芋泥包、枸杞茶(芋泥.麵粉.水.枸杞.紅糖) | 香菇瓜仔燜雞(香菇 .花瓜.雞丁)、番茄炒蛋(番茄.雞蛋)、時蔬-杏菜、大頭菜排骨湯(大頭菜.排骨) | 綜合甜湯(黑白粉圓.仙草.粉角) |
| 3/29 | (三) | 原味豆花(黃豆.水.吉利丁) | 海帶紅蘿蔔魯肉(紅.白蘿蔔.五花肉)、手工小蝦排(蝦子.蔥.漿)、時蔬-高麗菜、味噌蜆仔湯(味噌.蜆仔.蔥花)、水果-香蕉 | 豬肉水餃 (豬絞肉.高麗菜.蔥.麵粉) |
| 3/30 | (四) | 雲吞湯(豬餃肉.蔥.小白菜) | 咖哩豆腐(豆腐咖哩三色豆)、酥炸杏包辜(杏包菇.酥炸粉)、蔬菜-青江菜、南瓜排骨湯(南瓜.排骨)、水果-番茄 | 蛤蠣魚片粥(蛤蠣.蟹肉絲.虱目魚肉) |
| 3/31 | (五) | 甜甜圈、麥茶(麵粉.油.糖.大麥) | 燒肉粽(糯米.花生.豬肉.鹹蛋)、玉米蘿蔔、龍骨湯(玉米.白蘿蔔.龍骨)、水果-蘋果 | 桂圓湯圓(桂圓.糯米.水) |
| 1.本餐點食譜內容將視幼兒口味,天氣冷熱隨機調整2.餐點及午餐之菜色隨季節幼稚園有更換及變動之權力3.幼兒對某些食物有過敏性或身體不適者,請事先通知本園或告知班導師**4.本園一律使用國產豬食材** |