

# 育仁幼兒園 112 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	(五)	珍珠丸(糯米.豬肉.魚漿.水).蔬菜湯(綜合蔬菜包)	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.青豆仁.雞肉丁).水果-蘋果	紅豆麥片(紅豆.麥片)
3/4	(一)	擔仔麵(油麵.絞肉.豆芽菜)	咖哩豆腐(豆腐咖哩三色豆).玉米毛豆雞丁(玉米.雞肉.毛豆).蔬菜-青江菜.皇帝豆排骨湯(皇帝豆.排骨).水果-番茄	鮪魚蔬菜麵(鮪魚罐.小白菜.麵條)
3/5	(二)	海綿蛋糕.桂圓紅棗茶(雞蛋.麵粉.桂圓紅棗)	番茄絲蛋炒飯(豬肉絲.洋蔥丁.碗豆仁.雞蛋.高麗菜).水果-蘋果	黃瓜關東煮(黃瓜.黑輪.米血.油豆腐)
3/6	(三)	綜合丸子湯(魚丸.蝦丸.魚蛋.黃瓜)	方塊豆腐(豆腐.肉).木耳榨菜肉絲(榨菜.木耳.肉絲).蔬菜-高麗菜.大頭菜排骨湯.水果-柳丁	地瓜甜湯(地瓜.糖水)
3/7	(四)	水煎包.紫菜湯(麵粉.豬肉.紫菜)	洋蔥燒肉(紅.白蘿蔔.五花肉).大山干貝蘇(干貝.酥炸粉).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)
3/8	(五)	牛奶玉米片(牛奶.玉米片)	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	豬肉水餃(絞肉.高麗菜.麵粉.青蔥)
3/11	(一)	紫菜麵線(紫菜.麵線)	皇帝豆皮(皇帝豆.豆皮.絞肉).馬鈴薯肉片(馬鈴薯.豬肉片).番茄白菜滷魯(番茄.山東白菜).葷菇排骨湯(金針菇.杏胞菇.香菇.排骨)	綠豆粉角(綠豆.粉角)
3/12	(二)	梅子饅頭(梅子粉.麵粉).決明子茶(決明子.枸杞.菊花)	海鮮燴飯(竹筍.花枝.蝦仁.蚵肉絲.高麗菜.虱目魚丸魚肉).水果-橘子	鹹標湯(米漿.油蔥酥.豬肉.豆芽菜)
3/13	(三)	金皇燒賣.蛋花湯(豬肉.魚漿.蔥.雞蛋)	芋香滷肉(芋頭.五花肉).紅糟豆乳雞(紅糟.豆乳.雞丁).蔬菜-白花椰.味噌蚬仔湯(蚬仔.味噌).水果-香蕉	玉米蝦仁粥(玉米粒.蝦仁.米)
3/14	(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)
3/15	(五)	白菜雞絲麵(小白菜.雞絲麵)	肉燥鷄鶉蛋(烏蛋.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	酸辣湯(筍絲.木耳.豆腐.豬血.肉絲.)
3/18	(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.米血.九層塔).時蔬-白花椰菜.小葉蝦滑湯(蝦仁.魚漿.蛋絲.海菜).水果-蘋果	青蛙下蛋(黑粉圓.糖水)
3/19	(二)	薯餅.蔬菜湯(馬鈴薯.蔬菜綜合包)	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	芋頭肉末粥(芋頭.菜頭.豬絞肉)
3/20	(三)	豆漿玉米片(黃豆.玉米片)	皇帝豆皮(皇帝豆.豆皮.絞肉).芝士魚條(玉米.起司.旗魚).蔬菜-菠菜.番茄玉米湯(番茄.玉米.大骨)	甜不辣.大黃瓜(魚漿.蛋白.洋蔥.大黃瓜)
3/21	(四)	山藥球.麥茶(山藥.麵粉.麥子)	高麗菜豬肉燴飯(豬肉絲.高麗菜.金針菇.青豆.紅蘿蔔絲.木耳).水果-香蕉	油雞絲麵湯(油雞絲.麵條.小白菜)
3/22	(五)	鮮奶吐司.牛奶(鮮奶.麵粉.白牛奶)	醬燒滷蛋(絞肉.滷蛋).蒜香海帶芽(蒜頭.海帶芽.九層塔).蔬菜-四季豆.瓜子雞湯(花瓜.雞肉.乾香菇).水果-番茄	魷魚羹(木耳.筍絲.魷魚.肉更.山東白菜)
3/25	(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	綜合甜湯(黑白粉圓.粉角.仙草.粉條)
3/26	(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	蔬菜鮪魚粥(鮪魚.高麗菜.雞蛋)
3/27	(三)	磨菇玉米濃湯(磨菇.玉米粒.三色豆.豬絞肉)	紅燒獅子頭(魚漿.豬肉.玉米粒).木須肉(木耳.金針菇.肉絲).蒜香高麗菜湯(番茄.豆腐)	豇豆肉末粥(豇豆.豬絞肉)
3/28	(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).毛豆蝦仁豆丁(毛豆.蝦仁.豆干).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)
3/29	(五)	營養豆花(黃豆.水.吉利丁)	古早味油飯(三色豆.魷魚.肉絲.香菇.花生.青豆仁).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)

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兒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(例如:甲殼類.花生.牛奶.蛋等),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

