育仁幼兒園 113 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
3/3	(一)	擔仔麵(油麵, 絞肉, 豆芽菜)	絞肉車輪(絞肉, 車輪)、玉米毛豆雞丁(玉米, 雞肉, 毛豆)、蔬菜-空心菜、皇帝豆排骨湯(皇帝豆, 排骨)、水果-蘋果	綜合甜湯(黑白粉圓, 粉角, 仙草, 粉條)
3/4	(二)	海綿蛋糕、桂圓紅棗茶(雞蛋, 麵粉, 桂圓, 紅棗)	番茄肉絲蛋炒飯(豬肉絲, 洋蔥丁, 碗豆仁, 雞蛋, 高麗菜)、海帶玉米大骨湯(海帶, 玉米, 大骨)、水果-番茄	黃瓜關東煮(黃瓜, 黑輪, 米血, 油豆腐)
3/5	(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、香菇雞肉湯(香菇, 雞肉, 紅棗)、水果-番茄	鮪魚蔬菜麵(鮪魚罐, 小白菜, 麵條)
3/6	(四)	水煎包、紫菜湯(麵粉, 豬肉, 紫菜)	洋蔥燒肉(洋蔥, 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-蘋果	地瓜甜湯(地瓜, 糖水)
3/7	(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-柳丁	鹹粿湯(米漿, 油蔥酥, 豬肉, 豆芽菜)
3/10	(一)	紫菜麵線(紫菜, 麵線)	皇帝豆豆皮(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)	紅豆粉角(紅豆, 粉角)
3/11	(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-蘋果	冬粉鴨(冬粉, 鴨肉, 冬菜)
3/12	(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-番茄	玉米蝦仁粥(玉米粒, 蝦仁, 米)
3/13	(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)
3/14	(五)	白菜雞絲麵(小白菜, 雞絲麵)	肉燥鵝鴨蛋(烏蛋, 豬絞肉)、九層塔海茸(九層塔, 海茸)、蔬菜-菠菜、蘿蔔湯(白蘿蔔, 雞骨架)、水果-芭樂	酸辣湯(筍絲, 木耳, 豆腐, 豬血, 肉絲)
3/17	(一)	山藥球、麥茶(山藥, 麵粉, 麥子)	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)
3/18	(二)	豆漿玉米片(黃豆, 玉米片)	什錦炒意麵(木耳, 肉絲, 玉米筍, 高麗菜, 紅蘿蔔絲, 花枝)、鹹菜鴨湯(鹹菜, 鴨肉)、水果-蘋果	豬肉水餃(絞肉, 高麗菜, 麵粉, 青蔥)
3/19	(三)	蔬菜餛飩湯(小白菜, 豬肉, 麵粉, 蔥)	絞肉車輪(絞肉, 車輪)、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)
3/20	(四)	薯餅、蔬菜湯(馬鈴薯, 蔬菜綜合包)	高麗菜豬肉燴飯(豬肉絲, 高麗菜, 金針菇, 青豆, 紅蘿蔔絲, 木耳, 烏蛋)、水果-香蕉	油雞絲麵湯(油雞絲, 麵條, 小白菜)
3/21	(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、菠菜豬肝湯(菠菜, 豬肝)、水果-番茄	豆芽板條(豆芽菜, 韭菜, 板條)
3/24	(一)	翡翠小魚粥(翡翠, 吻仔魚, 米)	玉米雞丁炒飯(玉米粒, 三色豆, 雞胸肉, 雞蛋)、大頭菜排骨湯(大頭菜, 排骨)、水果-蘋果	桂圓湯圓(桂圓, 湯圓)
3/25	(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, 貢丸)、水果-蘋果	綠豆麥片(麥片, 綠豆)
3/26	(三)	蘑菇玉米濃湯(蘑菇, 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、蒜香蚬仔湯(蚬仔)、水果-番茄	鍋燒意麵(鍋燒意麵, 花捲, 小白菜)
3/27	(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	當歸鴨肉麵線(當歸包, 鴨肉, 麵線)
3/28	(五)	營養豆花(黃豆, 水, 吉利丁)	春捲(春捲皮, 豆芽菜, 高麗菜, 芹菜, 豆干, 豬肉, 麵, 蛋皮, 花生粉)、皇帝豆排骨湯(皇帝豆, 排骨)、水果-柳丁	皮蛋瘦肉粥(皮蛋, 鹹蛋, 豬肉絲, 白米)
3/31	(一)	地瓜芝麻球、枸杞茶(芋泥, 麵粉, 水, 枸杞, 紅糖)	香菇瓜子燻雞(香菇, 花瓜, 雞丁)、洋蔥炒蛋(洋蔥, 雞蛋)、時蔬-大陸妹、蕃茄豆腐湯(蕃茄, 豆腐)、水果-蘋果	蝦仁玉米粥(蝦仁, 玉米粒, 白米)

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