

育仁幼兒園 114 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
3/2 (一)	擔仔麵 (油麵. 絞肉. 豆芽菜)	絞肉魚蛋(絞肉. 魚蛋)、玉米毛豆雞丁(玉米. 雞肉. 毛豆) 蔬菜-空心菜、黃瓜蛋餃湯、(黃瓜. 蛋餃. 燕餃)、水果-蘋果	綜合甜湯(黑白粉圓. 粉角. 仙草. 粉條)
3/3 (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. 番茄醬)、海帶玉米大骨湯(海帶. 玉米. 大骨)、水果-蘋果	皮蛋瘦肉粥 (皮蛋. 鹹蛋. 豬肉絲. 白米)
3/4 (三)	綜合丸子湯 (魚丸. 蝦丸. 魚蛋. 黃瓜)	方塊小豆丁(豆腐. 絞肉)、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	鮭魚蔬菜麵 (鮭魚罐. 小白菜. 麵條)
3/5 (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-香蕉	地瓜甜湯(地瓜. 糖水)
3/6 (五)	牛奶玉米片 (牛奶. 玉米片)	關廟大滷麵、水果-柳丁 (紅白蘿蔔. 雞蛋. 玉米筍. 木耳. 香菇肉羹. 高麗菜)	鹹粿湯(米漿. 油蔥酥. 豬肉. 豆芽菜)
3/9 (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) 萵菇排骨湯(金針菇. 杏胞菇. 香菇. 排骨)	紅豆粉角(紅豆. 粉角)
3/10 (二)	黑糖饅頭(黑糖. 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)
3/11 (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)
3/12 (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)
3/13 (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、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.)
3/16 (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)
3/17 (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	翡翠蟹肉粥 (翡翠. 蟹肉. 絞肉)
3/18 (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、樹薯排骨湯(樹薯. 紅棗枸杞. 排骨) 水果-番茄	甜不辣、大黃瓜 (魚漿. 蛋白. 洋蔥. 大黃瓜)
3/19 (四)	薯餅、蔬菜湯 (馬鈴薯. 蔬菜綜合包)	高麗菜豬肉燴飯、水果-蘋果 (豬肉絲. 高麗菜. 金針菇. 青豆. 紅蘿蔔絲. 木耳. 鳥蛋)	油雞絲麵湯 (油雞絲. 麵條. 小白菜)
3/20 (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)
3/23 (一)	翡翠小魚粥 (翡翠. 吻仔魚. 米)	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-菠菜 黃瓜貢丸湯(大黃瓜. 貢丸)、水果-蘋果	桂圓湯圓 (桂圓. 湯圓)
3/24 (二)	黑糖瑪拉糕、養生茶 (黑糖. 雞蛋. 麵粉. 綠豆. 甘草)	香菇機燴飯(香菇絲. 雞丁. 四季豆. 花椰菜) 水果-蘋果 u	綠豆麥片 (麥片. 綠豆)
3/25 (三)	蘑菇玉米濃湯 (蘑菇. 玉米粒. 三色豆. 豬絞肉)	紅燒獅子頭(絞肉. 三色豆)、小黃瓜甜條(小黃瓜. 甜條) 銀芽火腿絲、大頭菜排骨湯(大頭菜. 排骨)	鍋燒意麵 (鍋燒意麵花捲. 小白菜)
3/26 (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)
3/27 (五)	營養豆花 (黃豆. 水. 吉利丁)	魚皮海鮮粥(高麗菜. 魚皮. 魚肉. 魚丸. 蝦. 蛤蜊. 肉絲) 水果-蘋果	豬肉水餃 (絞肉. 高麗菜. 麵粉. 青蔥)
3/30 (一)	地瓜芝麻球、枸杞茶 (芋泥. 麵粉. 水. 枸杞. 紅糖)	香菇瓜仔燻雞(香菇. 花瓜. 雞丁)、洋蔥炒蛋(洋蔥. 雞蛋) 時蔬-大陸妹、榨菜肉絲湯(榨菜. 肉絲) 水果-蘋果	蘿蔔關東煮 (蘿蔔. 米血. 黑輪. 蘿蔔)
3/31 (二)	豬肉鍋貼、蔬菜湯 (玉米. 豬肉. 麵粉. 洋蔥. 蔬菜綜合包)	應景食物 春捲(蛋皮. 豬肉. 豆干. 高麗菜. 豆芽菜. 芹菜. 油麵. 花生糖粉) 皇帝豆排骨湯、水果-蘋果	綜合甜湯 (黑白粉圓. 仙草. 粉角)



- 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