

愛幼幼兒園 109 年 3 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
3/2 (一)	地瓜薄餅、麥茶	糙米飯、海帶黃豆燒肉、紅蘿蔔炒蛋、白菜燴翅、 豆薯滑蛋湯 水果: 香蕉	芽菜米粉湯
3/3 (二)	葡萄乾吐司、米漿	度小月擔仔麵(肉燥、豆芽、韭菜)、滷蛋 水果: 蘋果	地瓜豆湯
3/4 (三)	早餐穀片、牛奶	海鮮粥(蝦米、小卷、肉絲、高麗菜) 水果: 香蕉	關東煮
3/5 (四)	蔬菜煎餅、豆漿	芋頭櫻花蝦肉燥飯、薯丁蛋花湯 水果: 橘子	蔬菜養生粥
3/6 (五)	青菜湯餃	蘑菇義大利麵(蘑菇、秀珍菇、肉末)、 味噌海芽豆腐湯 水果: 柳丁	黑糖饅頭、養生茶
3/9 (一)	奶油酥餅、養生茶	雞肉絲飯、紅燒豆腐、鮮菇高麗菜、薯絲肉骨湯 水果: 橘子	蚵仔麵線
3/10 (二)	炸薯片、米漿	纖蔬手工拉拉麵(小白菜、肉燥)、滷蛋 水果: 蘋果	蜂蜜蛋糕、杏仁漿
3/11 (三)	蛋餅、豆薯蛋花湯	水餃(高麗菜、蔥花、絞肉)、酸辣湯 (豆腐、木耳、榨菜、紅蘿蔔、豬血)、水果: 番茄	肉燥麵湯
3/12 (四)	蘇打薯泥餅、 蕃茄蔬菜湯	高麗菜鮮菇粥(高麗菜、香菇、小蝦米、肉末) 水果: 香蕉	地瓜粉圓
3/13 (五)	八寶鹹粥	茄汁鯖魚麵(番茄、鯖魚、小白菜、碎絞肉)、 水果: 蘋果	蔬菜冬粉湯
3/16 (一)	波蘿麵包、牛奶	五穀飯、美味小香腸、豆乾小魚、炒菠菜、 蘿蔔玉米湯 水果: 香蕉	山藥雞肉粥
3/17 (二)	薏仁小米粥	關廟豆菜麵(肉燥、綠韭菜豆芽)、 蔬果豆腐湯(番茄、小白菜、豆腐、秀珍菇)	南瓜饅頭、冬瓜茶
3/18 (三)	玉米蛋餅、麥茶	漢堡(炸豬肉片、煎蛋、大陸妹、美乃芝)、 玉米濃湯(玉米粒、蛋、南瓜、蔥花) 水果: 香蕉	香菇芋頭粥
3/19 (四)	地瓜餅、豆漿	鮮菇咖哩飯(金針菇、雞肉丁、紅蘿蔔、馬鈴薯)、 五行湯(豆腐、木耳、秋葵) 水果: 番茄	八寶圓仔湯
3/20 (五)	茶葉蛋、味噌湯	皮蛋瘦肉粥(瘦肉片、皮蛋、芹菜、油條) 水果: 柳丁	草莓麵包、杏仁茶
3/23 (一)	五穀蔬菜粥	香香白米飯、洋蔥豬排、鮮菇芥蘭、塔香海帶根、金 針排骨湯 水果: 蘋果	鍋燒意麵
3/24 (二)	吐司夾蛋	米糕(豌豆、紅蘿蔔丁、肉燥)、四神湯	黑糖西米露
3/25 (三)	薏仁枸杞粥	蝦仁蛋炒飯(蝦仁、雞蛋、豌豆、玉米、蘿蔔)、 貢丸湯、無籽柑 水果: 橘子	豬肝麵線
3/26 (四)	全麥土司、牛奶	台味米粉湯(豆芽、韭菜、肉燥滷蛋) 水果: 蘋果	饅頭、紅棗枸杞茶
3/27 (五)	葡萄燕麥小米粥	廟口大滷麵(金針、紅蘿蔔、木耳、魚羹丸、肉羹 丸、香菇) 水果: 橘子	葡萄沙其馬
3/30 (一)	吻仔魚粥	保骨芝麻飯、糖醋魚排、炒三絲、鮮菇炒蛋、 香芹魚丸湯、蜜棗 水果: 香蕉	綠豆豆花
3/31 (二)	手作飯糰、紫菜湯	肉燥滷蛋外省麵(絞肉、滷蛋、青江菜) 水果: 柳丁	廣東粥

◎ 為孩子健康，本園提供餐點皆為少油、低鹽料理，飲料皆為低糖飲料，請家長放心！

◎ 餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。