

愛幼幼兒園 110 年 3 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
3/2 (二)	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	蜂蜜蛋糕、杏仁漿
3/3 (三)	葡萄乾吐司、米漿	度小月擔仔麵 (肉燥、豆芽、韭菜、魚板)、滷蛋 水果: 蘋果	綠豆湯
3/4 (四)	玉米穀片、牛奶	海鮮粥 (蝦米、小卷、肉絲、高麗菜、紅白蘿蔔) 水 果: 香蕉	關東煮
3/5 (五)	蔬菜煎餅、豆漿	芋頭櫻花蝦悶飯 (芋頭丁、櫻花蝦、紅蔥頭、肉燥)、 薯丁蛋花湯 水果: 橘子	枸杞養生粥
3/8 (一)	鮮蔬湯餃	雞肉絲飯、紅燒豆腐、鮮菇高麗菜、薯絲肉骨湯 水果: 番茄	蚵仔麵線
3/9 (二)	水煮蛋、蔬菜湯	纖蔬手工拉拉麵 (小白菜、肉燥、豚骨湯)、滷蛋 水果: 蘋果	黑糖饅頭、養生茶
3/10 (三)	炸薯片、米漿	水餃 (高麗菜、蔥花、絞肉)、酸辣湯 (豆腐、木耳、榨菜、紅蘿蔔、豬血、蛋花)、 水果: 番茄	芽菜肉絲米粉湯
3/11 (四)	蛋餅、豆薯蛋花湯	高麗菜鮮菇粥 (高麗菜、香菇、小蝦米、肉末) 水果: 香蕉	肉燥麵湯
3/12 (五)	薯泥土司、 牛蒡蔬菜湯	茄汁鯖魚麵疙瘩 (番茄、鯖魚、小白菜、碎絞肉)、 水果: 木瓜	地瓜粉圓
3/15 (一)	八寶鹹粥	五穀飯、美味小香腸、塔香豆乾、炒菠菜、 蘿蔔玉米湯 水果: 柑橘	蔬菜冬粉湯
3/16 (二)	玉米蛋餅、牛奶	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)	波蘿麵包、紅棗茶
3/17 (三)	薏仁蔬菜小米粥	漢堡 (煎肉片、煎蛋、大陸妹、番茄片、美乃滋)、 玉米濃湯 (玉米、蛋、南瓜、馬鈴薯) 水果: 香蕉	鍋燒意麵
3/18 (四)	茶葉蛋、海芽味噌 豆腐湯	鮮菇咖哩飯 (金針菇、雞肉丁、紅蘿蔔、馬鈴薯)、水 果: 木瓜	香菇芋頭粥
3/19 (五)	地瓜餅、豆漿	皮蛋瘦肉粥 (瘦肉片、皮蛋、芹菜、油條) 水果: 柳丁	八寶圓仔湯
3/22 (一)	海苔蔬菜卷	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	紅豆薏仁
3/23 (二)	五穀蔬菜粥	櫻花蝦米糕 (豌豆、紅蘿蔔丁、肉燥、櫻花蝦)、四神 湯、水果: 芭樂	藍莓麵包、杏仁茶
3/24 (三)	薏仁枸杞粥	茄汁蛋炒飯 (番茄、雞蛋、豌豆、玉米、蘿蔔丁)、貢 丸湯、水果: 無籽柑	黑糖西米露
3/25 (四)	吐司夾蛋	台味米粉湯 (豆芽、韭菜、肉燥滷蛋) 水果: 蘋果	饅頭、紅棗枸杞茶
3/26 (五)	水煮蛋、味噌豆腐 湯	廟口大滷麵 (金針、紅白蘿蔔、木耳、魚羹丸、肉羹丸、 香菇) 水果: 番茄	廣東粥
3/29 (一)	葡萄燕麥小米粥	保骨芝麻飯、糖醋魚排、炒三絲、鮮菇炒蛋、 香芹魚丸湯、 水果: 香蕉	菠菜豬肝麵線
3/30 (二)	全麥土司、牛奶	肉燥滷蛋外省麵 (絞肉、滷蛋、青江菜) 水果: 柳丁	奶酥餐包、糙米漿
3/31 (三)	手作飯糰、紫菜湯	蘑菇義大利麵 (蘑菇、秀珍菇、肉末)、 味噌海芽豆腐湯 水果: 芭樂	綠豆豆花

◎ 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。