

愛幼幼兒園 111 年 3 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
3/1 (二)	芝麻薄餅、蔬菜湯	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、牛奶
3/2 (三)	法國吐司、米漿	度小月擔仔麵 (肉燥、豆芽、韭菜、魚板) 水果: 蘋果	綠豆薏仁湯
3/3 (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: 芭樂	關東煮
3/4 (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: 無籽柑	蔬菜養生粥
3/7 (一)	白菜湯餃	雞肉絲飯、紅燒豆腐、鮮菇高麗菜、薯絲肉骨湯 水果: 番茄	滑蛋麵線
3/8 (二)	南瓜小米粥	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
3/9 (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: 無籽柑	芽菜米粉湯
3/10 (四)	蔬菜蛋餅、味噌海 苔湯	高麗菜鮮菇粥 (高麗菜、香菇、小蝦米、肉末) 水果: 芭樂	白菜肉燥意麵湯
3/11 (五)	蘇打薯泥餅、 蕃茄蔬菜湯	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
3/14 (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	香菇芋頭粥
3/15 (二)	粿仔條壽司卷、蔬 菜蕃茄湯	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、牛奶
3/16 (三)	綠豆薏仁	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: 蘋果	山藥雞肉粥茶
3/17 (四)	蔬菜蛋餅、牛奶	鮮菇咖哩飯 (金針菇、雞肉丁、紅蘿蔔、馬鈴薯) 水果: 番茄	雞絲冬粉湯
3/18 (五)	地瓜餅、豆漿	皮蛋瘦肉粥 (瘦肉片、皮蛋、芹菜、油條) 水果: 芭樂	八寶五穀湯
3/21 (一)	歐姆蛋、味噌湯	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
3/22 (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
3/23 (三)	南瓜玉米濃湯	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
3/24 (四)	薏仁枸杞粥	台味米粉湯 (豆芽、韭菜、肉燥鵝蛋) 水果: 蘋果	耶奶饅頭、紅棗 枸杞茶
3/25 (五)	全麥土司、牛奶	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	菠菜豬肝麵線
3/28 (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: 芭樂	綠豆豆花
3/29 (二)	叻仔魚粥	肉燥滷蛋外省麵 (絞肉、烏蛋、青江菜) 水果: 蘋果	奶酥餐包、養生 茶
3/30 (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	廣東粥
3/31 (四)	葡萄土司、糙米漿	芋頭鹹粥 (芋頭丁、蝦米、肉燥、紅蘿蔔、高麗菜、香菜) 水果: 芭樂	紅豆薏仁

◎ 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。