

愛幼幼兒園 112 年 3 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
3/1 (三)	芝麻薄餅(麵糊、芝麻、蛋)、蔬菜湯(高麗菜、秀珍菇、玉米)	度小月擔仔麵(肉燥、豆芽、韭菜、魚板)、木瓜	蜂蜜蛋糕、牛奶
3/2 (四)	玉米穀片、牛奶	糙米飯、海帶黃豆燒肉、紅蘿蔔炒蛋、白菜燴翅、豆薯滑蛋湯、芭樂	綠豆薏仁湯
3/3 (五)	蔬菜煎餅(高麗菜、蘿蔔絲、芹菜)、豆漿	海鮮粥(蝦米、小卷、肉絲、高麗菜、紅白蘿蔔)、蘋果	關東煮(高麗菜捲、黑輪、魚板、白蘿蔔)
3/6 (一)	南瓜小米粥(南瓜、小米)	雞肉絲飯、紅燒豆腐、鮮菇高麗菜、豆薯絲肉骨湯、蓮霧	蔬菜養生粥(肉末、高麗菜、秀珍菇、玉米)
3/7 (二)	白菜湯餃	茄汁鯖魚麵疙瘩(番茄、鯖魚、小白菜、碎絞肉)、香蕉	黑糖饅頭、養生茶
3/8 (三)	法國吐司(蛋液、吐司)、米漿	纖蔬手工拉拉麵(小白菜、肉燥、豚骨湯)、滷蛋、木瓜	滑蛋麵線
3/9 (四)	炸薯片(番薯)、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)、芭樂	芽菜米粉湯(豆芽、韭綠、肉燥)
3/10 (五)	蔬菜蛋餅(高麗菜、蔥、蘿蔔)、味噌海苔湯(海苔、豆腐)	高麗菜鮮菇粥(高麗菜、香菇、小蝦米、肉末)、蘋果	白菜肉燥魚板意麵湯
3/13 (一)	蘇打薯泥餅(馬鈴薯、蛋、紅蘿蔔)、蕃茄白菜湯	五穀飯、美味小香腸、塔香豆乾、炒菠菜、蘿蔔玉米湯、蓮霧	地瓜粉圓
3/14 (二)	飯糰手卷(海苔片、米飯、黃瓜、蛋皮、豆漿)、蕃茄豆腐湯	皮蛋瘦肉粥(瘦肉片、皮蛋、芹菜、油條) 芭樂	波蘿麵包、牛奶
3/15 (三)	香菇芋頭粥(香菇、肉末、芋頭丁)	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) 香蕉	綠豆豆花
3/16 (四)	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) 木瓜	山藥雞肉蔥花粥
3/17 (五)	蔬菜蛋餅(高麗菜、蔥、蘿蔔)、牛奶	鮮菇咖哩飯(金針菇、雞肉丁、紅蘿蔔、馬鈴薯)、蘋果	雞肉絲冬粉湯
3/20 (一)	南瓜玉米濃湯	香香白米飯、洋蔥豬排、鮮菇芥蘭、塔香海帶根、金針排骨湯、蓮霧	五穀鹹米湯(穀米、肉燥、高麗菜)
3/21 (二)	八寶鹹粥(穀米、肉末、高麗菜)	廟口大滷麵(金針、紅白蘿蔔、木耳、魚羹丸、肉羹丸、香菇)、芭樂	藍莓麵包、杏仁茶
3/22 (三)	紅豆小湯圓	櫻花蝦米糕(豌豆、紅蘿蔔丁、肉燥、櫻花蝦)、四神湯、木瓜	鍋燒意麵(白菜、蛋、火鍋料)
3/23 (四)	五穀蔬菜粥(穀米、肉末、高麗菜)	茄汁蛋炒飯(番茄、雞蛋、豌豆、玉米、蘿蔔丁)、貢丸湯、香蕉	黑糖西米露
3/24 (五)	薏仁枸杞粥(大骨湯、枸杞、玉米、薏仁)	台味米粉湯(豆芽、韭菜、肉燥鵝蛋)、蘋果	椰蔥包、枸杞茶
3/25 (六)	牛奶玉米脆穀片	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)、蓮霧	蘿蔔糕湯(蘿蔔糕、韭菜、豆芽)
3/27 (一)	全麥土司、牛奶	保骨芝麻飯、糖醋魚排、炒三絲、鮮菇炒蛋、香芹魚丸湯、芭樂	菠菜豬肝麵線
3/28 (二)	葡萄燕麥小米粥	芋頭櫻花蝦悶飯(芋頭丁、櫻花蝦、紅蔥頭、肉燥)、薯丁蛋花湯、木瓜	奶酥餐包、養生茶
3/29 (三)	吻仔魚粥(吻仔魚、蛋花)	肉燥滷蛋外省麵(絞肉、烏蛋、青江菜)、香蕉	綠豆豆花
3/30 (四)	手作飯糰(豆漿、蛋、小黃瓜、米飯)、紫菜湯	蘑菇義大利麵(蘑菇、秀珍菇、肉末)、味噌海苔豆腐湯、木瓜	廣東粥(肉片、玉米、香菇、吻仔魚)
3/31 (五)	葡萄土司、糙米漿	南瓜鹹粥(南瓜丁、蝦米、肉燥、紅蘿蔔、高麗菜、香菜)、蘋果	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。

★★ 本園一律使用國產豬肉食品

