

臺南市私立資優生幼兒園 110學年度 3月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	全蛋類	肉蛋類	豆魚類	蔬菜類	水果類
			主食	水果							
3/7	一	海鮮烏龍湯麵(白蘿蔔、花枝片、蛤蠣、烏龍麵)	香腸蛋炒飯(青豆、玉米、紅蘿蔔、蛋、香腸)、玉米排骨湯	蘋果	綠豆湯	○	○	○	○	○	○
3/8	二	奶酥吐司、牛奶	五香豆干滷肉(蔥、豆干、紅蘿蔔、梅花肉)、菠菜、紫菜蛋花湯	蘋果	蘿蔔貢丸湯(白蘿蔔、小貢丸、韭菜末)	○	○	○	○	○	○
3/9	三	金瓜炊粉湯(南瓜、肉絲、紅蔥、香菇、高麗菜)	什錦燴飯(紅蘿蔔、木耳、洋蔥、鵝蛋、小白菜、肉絲、高麗菜)、魚丸湯	蘋果	甜愛玉	○	○	○	○	○	○
3/10	四	小波蘿、豆漿	蒜頭雞(杏鮑菇、雞肉、紅蘿蔔)、油菜、金針菇蛤仔湯	蘋果	日式關東煮(昆布高湯、竹輪、魚板片、白蘿蔔、香菇)	○	○	○	○	○	○
3/11	五	雞肉粥(玉米粒、雞肉、滑蛋)	螞蟻上樹(木耳、洋蔥、紅蘿蔔、香菇、肉絲、蔥)、香菇排骨湯	蘋果	芋頭西米露(西谷米、芋頭、牛奶)	○	○	○	○	○	○
3/14	一	魚片鹹粥(鯛魚片、嫩薑、青蔥)	肉絲蛋炒飯(玉米、蛋、肉絲、蔥)、白玉排骨湯	柳丁	蔬菜湯餃(高麗菜、小白菜、蛋、肉末、水餃)	○	○	○	○	○	○
3/15	二	草莓饅頭、牛奶	香菇肉燥飯(紅蘿蔔、香菇、黑輪、絞肉)、尼龍菜、豆腐味噌湯	柳丁	紅豆湯	○	○	○	○	○	○
3/16	三	鍋燒雞絲麵(肉絲、胡蘿蔔、魚板、蔥、蛋)	甜醬咖哩豬肉(馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、肉絲)、豆薯肉絲湯	柳丁	柴魚黑輪(柴魚高湯、竹輪、魚板片、白蘿蔔、香菇)	○	○	○	○	○	○
3/17	四	全麥吐司、豆漿	麻油雞(杏鮑菇、雞肉、紅蘿蔔)、炒油菜、冬瓜蛤仔湯	柳丁	雞蛋布丁	○	○	○	○	○	○
3/18	五	肉燥米粉湯(米粉、肉燥、豆芽菜、韭菜)	什錦粥(玉米、魚板、蔥、紅蘿蔔絲、香菇、肉絲、高麗菜)	柳丁	時蔬關廟麵(關廟麵、菠菜、豆干、豆芽菜)	○	○	○	○	○	○
3/21	一	麻油麵線(薑片、麻油、麵線)	火腿蛋炒飯(紅蘿蔔、青豆、玉米、蛋、火腿、肉絲)、芥菜雞肉湯	香蕉	仙草蜜	○	○	○	○	○	○
3/22	二	葡萄吐司、牛奶	黑輪滷肉飯(海帶、黑輪、紅蘿蔔、梅花肉)、炒尼龍菜、青菜蛋花湯	香蕉	香菇肉羹(肉羹、香菇、高湯)	○	○	○	○	○	○
3/23	三	南瓜粥(南瓜、香菇、肉絲)	大黃瓜燴飯(桶筍、木耳、大黃瓜、紅蘿蔔、鵝蛋、小白菜、肉絲)、貢丸湯	香蕉	冬瓜山粉圓	○	○	○	○	○	○
3/24	四	小餐包、豆漿	三杯雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉)、炒油菜、海帶肉絲湯	香蕉	蔬菜冬粉(高麗菜、肉絲、胡蘿蔔、雞蛋、芝麻)	○	○	○	○	○	○
3/25	五	蘿蔔糕湯(蘿蔔糕、豆芽)	鍋燒意麵(花枝、蛋、小白菜、魚板、肉絲)	香蕉	紫米粥	○	○	○	○	○	○
3/28	一	肉絲麵線羹(肉絲、香菇、紅麵線)	玉米蛋炒飯(蔥、玉米、蛋、肉絲)、蒜頭雞湯	芭樂	玉米濃湯(玉米粒、火腿、蛋)	○	○	○	○	○	○
3/29	二	甜麥片、牛奶	客家小炒(魷魚、蔥、豆干、梅花肉)、油菜、翡翠蛋花湯	芭樂	小米粥	○	○	○	○	○	○
3/30	三	高麗菜肉粥(高麗菜、肉絲、香菇、蔥花)	印度咖哩雞(洋蔥、馬鈴薯、紅蘿蔔、雞肉)、金針菇肉絲湯	芭樂	浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯)	○	○	○	○	○	○
3/31	四	蟹蚌雞絲麵(蟹肉棒、雞肉絲、香菇、蔥花)	冬瓜滷肉(冬瓜、紅蘿蔔、梅花肉)、炒菠菜、青菜豆腐湯	芭樂	紅豆湯	○	○	○	○	○	○
4/1	五	黑糖饅頭、豆漿	海產粥(花枝、蟹蚌、魚柳、蔥、肉絲、高麗菜、魚板)	芭樂	芙蓉湯餃(菠菜粒、小白菜、蛋、肉末、水餃)	○	○	○	○	○	○
4/4	一	兒童節放假一天									
4/5	二	清明節放假一天									
4/6	三	鍋燒意麵(肉絲、小白菜、蔥、蛋)	培根蛋炒飯(玉米、青豆仁、紅蘿蔔、蛋、肉絲、培根)、海帶排骨湯	芭樂	麥茶、牛奶餅乾	○	○	○	○	○	○
4/7	四	小餐包、豆漿	雙色滷肉(白蘿蔔、紅蘿蔔、梅花肉、海帶)、炒油菜、玉米蛋花湯	芭樂	麻油麵線(薑片、麻油、麵線)	○	○	○	○	○	○
4/8	五	原味蛋餅、牛奶	廣東粥(皮蛋、魚柳、蔥、花枝、高麗菜)	芭樂	黑糖小珍珠	○	○	○	○	○	○

※本園一律使用國產豬、國產牛，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！