

臺南市私立資優生幼兒園 112學年度 3月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	蛋類	肉類	豆類	蔬菜類	水果類			
			主食	水果										
3/18	一	芙蓉麵線(麵線、蛋)	蔬菜拌飯(絞肉、高麗菜、紅蘿蔔、洋蔥、玉米、青豆) 味噌豆腐湯	芭樂	芋頭西米露	○	○	○	○	○	○			
3/19	二	奶酥吐司、牛奶	小米飯、蕃茄燉肉(肉丁、紅蘿蔔、番茄、青豆) 豆芽菜、蘿蔔湯	芭樂	肉絲粿條(肉絲、小白菜、粿條、紅蘿蔔)	○	○	○	○	○	○			
3/20	三	吻仔魚粥、菠菜	白飯、紅白滷肉(紅蘿蔔、白蘿蔔、肉丁)、菠菜、玉米海帶芽湯	芭樂	麥片粥(黑糖、麥片)	○	○	○	○	○	○			
3/21	四	黑糖饅頭、豆漿	地瓜飯、肉絲杏鮑菇(肉絲、杏鮑菇、馬鈴薯、紅蘿蔔) 蘿蔔龍骨湯	芭樂	蔬菜湯餃(水餃、高麗菜)	○	○	○	○	○	○			
3/22	五	高麗菜粥(高麗菜、肉絲)	白飯、雞肉滑蛋燴飯(雞肉絲、紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯)、刺瓜魚丸湯	芭樂	浮水魚羹(筍絲、魚羹)	○	○	○	○	○	○			
3/25	一	時蔬炒麵(蒲瓜、關廟麵)	養生菇菇飯(白飯、金針菇、秀珍菇、香菇、肉絲) 高麗菜、紫菜蛋花湯	西瓜	仙草蜜	○	○	○	○	○	○			
3/26	二	紅豆吐司、豆漿	白飯、麻婆豆腐(絞肉、青蔥、豆腐、紅蘿蔔)、空心菜、海芽味噌湯	西瓜	蔬菜拉麵(肉絲、小白菜、雞蛋)	○	○	○	○	○	○			
3/27	三	米苔目(米苔目、小白菜)	糙米飯、肉絲烏蛋(肉絲、烏蛋、紅蘿蔔、馬鈴薯) 豆芽菜、冬瓜薑絲湯	西瓜	小米粥	○	○	○	○	○	○			
3/28	四	南瓜粥(南瓜、肉絲)	肉羹麵(肉羹、肉絲、木耳、紅蘿蔔、金針菇、冬白菜、筍絲、蟹味棒)	西瓜	絲瓜麵線(絲瓜、蛋)	○	○	○	○	○	○			
3/29	五	春季旅遊									○	○	○	○
4/1	一	蟹蚌蔬菜冬粉(蟹蚌、粉絲)	鍋燒意麵(肉絲、雞蛋、貢丸、魚板、小白菜、黑輪)	香蕉	綠豆湯	○	○	○	○	○	○			
4/2	二	全麥吐司、牛奶	白飯、螞蟻上樹(絞肉、高麗菜、紅蘿蔔、冬粉) 空心菜、豆薯蛋花湯	香蕉	玉米濃湯(玉米粒、馬鈴薯)	○	○	○	○	○	○			
4/3	三	雞蛋饅頭、豆漿	白醬義大利麵(雞肉絲、金針菇、白精靈菇、洋蔥、馬鈴薯、通心麵) 玉米蛋花湯	香蕉	薏仁湯	○	○	○	○	○	○			
4/4	四	清明&兒童節連假									○	○	○	○
4/5	五	清明&兒童節連假									○	○	○	○
4/8	一	芋頭鹹粥(芋頭、高麗菜、肉絲)	火腿炒飯(肉絲、火腿、紅蘿蔔、玉米、雞蛋)、白蘿蔔肉絲湯	蘋果	古早味小蛋糕、密茶	○	○	○	○	○	○			
4/9	二	小餐包、牛奶	糙米飯、蔥爆肉絲(肉絲、洋蔥、豆乾絲) 高麗菜、紫菜蛋花湯	蘋果	關東煮(黑輪、白蘿蔔)	○	○	○	○	○	○			
4/10	三	魚片麵線(魚片、麵線)	白飯、馬鈴薯燉肉(雞丁、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥) 小黃瓜炒蛋、菇菇湯	蘋果	豆腐羹(豆腐、木耳、金針菇、紅蘿蔔)	○	○	○	○	○	○			
4/11	四	鮮奶饅頭、豆漿	小米飯、客家小炒(肉丁、魷魚、豆乾、肉絲) 豆芽菜、蔬菜豆腐湯(冬白菜)	蘋果	愛玉杏仁凍	○	○	○	○	○	○			
4/12	五	麻油麵線	白飯、肉絲燴飯(肉絲、木耳、紅蘿蔔玉米、冬白菜)、蛋花湯	蘋果	紫米粥	○	○	○	○	○	○			
4/15	一	海帶粥(雞蛋、海帶)	什錦炒飯(肉絲、紅蘿蔔、玉米、雞蛋、洋蔥)、黃豆芽排骨湯(龍骨)	芭樂	冬瓜西米露	○	○	○	○	○	○			
4/16	二	肉絲鍋燒麵(肉絲、小白菜、鍋燒意麵)	糙米飯、麻油雞(雞肉丁、杏鮑菇、米血、高麗菜、紅蘿蔔) 菠菜、味噌豆腐湯	芭樂	芙蓉湯餃(雞蛋、水餃)	○	○	○	○	○	○			
4/17	三	芝麻饅頭、豆漿	白飯、肉絲麵筋(肉絲、麵泡、雪蓮子、紅蘿蔔) 高麗菜、蘿蔔排骨湯(龍骨、蘿蔔)	芭樂	紅豆湯	○	○	○	○	○	○			
4/18	四	蘿蔔粥(白蘿蔔、肉絲)	小米飯、雙筍燒肉(豬肉丁、紅蘿蔔、白蘿蔔) 紅蘿蔔玉米炒蛋、筍絲湯	芭樂	仙草蜜	○	○	○	○	○	○			
4/19	五	鮮奶吐司、牛奶	高麗菜肉飯(肉絲、香菇、高麗菜、紅蘿蔔、魚板) 海芽蛋花湯	芭樂	小卷麵線(小卷、韭菜)	○	○	○	○	○	○			

※本園一律使用國產豬，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！