 臺南市私立天資幼兒園

113學年度第一學期3月份餐點表

| 日期 | 星期 | 上午  點心  9:00 | 午 餐  11:30 | 水果 | 下午  點心15:00 | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 3/1 | 五 | 青蔬意麵羹  高麗菜.意麵. 紅蘿蔔.木耳.洋蔥 | 吻仔魚菠菜粥  菠菜.吻仔魚.白米 | 香蕉 | QQ粉圓甜湯  粉圓.冬瓜.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/4 | 一 | 蔬菜煎餅  小白菜.紅蘿蔔.中筋麵粉.雞蛋 | 海產粥  白米、魚、魚丸、筍絲、香菇 | 火龍果 | 吐司夾蛋＋麥茶  吐司.蛋.麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/5 | 二 | 玉米濃湯  玉米.火腿.牛奶 | 奶油培根燴麵  白米.奶油.培根.香菇.洋蔥.高麗菜 | 火龍果 | 地瓜綠豆湯  地瓜.綠豆.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/6 | 三 | 白玉蘿蔔湯  白蘿蔔.魚丸.香菜 | 蠔油豆干肉燥飯+紅蘿蔔炒蛋+味噌海帶芽湯  白米.豆干.豬肉.蠔油.紅蘿蔔.雞蛋.海帶芽.味噌.小魚乾.洋蔥.蔥花 | 火龍果 | 鮮菇豆腐羹  豆腐.香菇.豬肉.黑木耳 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/7 | 四 | 蛋香鹹粥  白米.雞蛋.蘿蔔.青豆仁.玉米. | 雙菇炒麵+番茄白菜豆腐湯  金針菇.鮮香菇.油麵.高麗菜.紅蘿蔔.番茄.豆腐.白菜 | 火龍果 | 銀芽豆腐羹  豆腐.豆芽菜.豬肉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/8 | 五 | 絲瓜麵線  絲瓜.薑絲.麵線 | 黃金奶香南瓜粥+炒青江菜  白米.南瓜.牛奶.豬肉.青江菜.薑絲 | 火龍果 | 黑糖粉圓湯  黑糖.二砂糖.粉圓 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/11 | 一 | 鍋燒冬粉  冬粉.蘿蔔絲.高麗菜.洋蔥.蔥 | 精燉魚骨海鮮時蔬粥  白米.虱目魚肉.虱目魚骨.芹菜.高麗菜. | 芭樂 | 三明治+麥茶  吐司.蛋.火腿.麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/12 | 二 | 芙蓉雞汁粥  白米.玉米.翡翠.雞肉.蔥 | 豚香筍絲大滷麵  麵.雞蛋.肉羹.豆芽菜.高麗菜.筍絲.豬肉.木耳.紅蘿蔔 | 芭樂 | 八寶甜湯  紅豆.綠豆.大豆.薏仁.麥片.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/13 | 三 | 翡翠蟹絲羹  菠菜.蟹絲.魚板 | 蠔油豆干肉燥飯+小白菜蛋花湯  白米.豆干.豬肉.蠔油.雞蛋.小白菜 | 芭樂 | 香煎蘿蔔糕  醬油.蘿蔔糕.蔥 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/14 | 四 | 火腿玉米蛋  火腿丁.雞蛋.玉米 | 柴魚風味關東煮烏龍麵  烏龍麵.柴魚.黑輪.紅蘿蔔.洋蔥.醬油. | 芭樂 | 馬鈴薯濃湯  馬鈴薯.豬肉.紅蘿蔔.洋蔥 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/15 | 五 | 油豆腐細粉  冬粉.油豆腐.紅蘿蔔.蔥. | 高麗菜肉末滑蛋粥  白米.高麗菜.豬肉.雞蛋.洋蔥.紅蘿蔔.玉米.豌豆 | 芭樂 | 冬瓜珍珠湯  冬瓜塊、珍珠、糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/18 | 一 | 鮮蔬豬肉意麵  意麵.豬肉.紅蘿蔔.高麗菜 | 什錦海產粥  豬肉、魚肉、筍絲、白米 | 小番茄 | 法國吐司＋麥茶  雞蛋.吐司.麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/19 | 二 | 蔬菜蛋捲  雞蛋.小白菜 | 蔥爆海鮮燴麵+紫菜蛋花湯  魚.木耳.洋蔥.紅蘿蔔.鐵板麵.紫菜.雞蛋 | 小番茄 | 紅豆薏仁湯  紅豆.薏仁.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/20 | 三 | 韭香蘿蔔糕湯  韭菜.蘿蔔糕.豆芽菜. | 肉絲蛋炒飯+炒高麗菜  白米.香腸.洋蔥.蘿蔔絲.高麗菜.雞蛋.蔥花 | 小番茄 | 番茄蛋花湯  番茄、蛋、小白菜、豬肉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/21 | 四 | 香菇貢丸湯  香菇.貢丸.雞蛋.紅蘿蔔 | 番茄蘑菇義大利麵+炒地瓜葉  麵條.番茄.番茄醬.蔥.蔬菜.蘑菇.豬肉.地瓜葉 | 小番茄 | 芹香雞絲麵  .芹菜.白菜.雞絲麵 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/22 | 五 | 小白菜湯餃  餃子.小白菜.鹽.蔥 | 海鮮滑蛋粥+炒青江菜  雞蛋.玉米.洋蔥.香菇.青江菜.薑絲 | 小番茄 | 奶香西米露  牛奶.西米露.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/25 | 一 | .白菜蛋花肉絲麵  大白菜、雞蛋、豬肉絲、麵條 | 廣東粥+炒空心菜  小白菜.豬肉.蛋.香菇.空心菜 | 香蕉 | 蛋香吐司+麥茶  吐司.蛋液.大麥.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/26 | 二 | 豚骨滑蛋粥  雞蛋.白米.玉米.洋蔥 | 榨菜肉絲湯麵  麵條.榨菜絲.小白菜.芹菜.油蔥酥.豬肉 | 香蕉 | 桂圓紅豆湯  黑糖.紅棗.桂圓.二砂糖.紅豆 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/27 | 三 | 洋蔥炒蛋  雞蛋.洋蔥 | 咖哩豬肉燴飯＋貢丸湯  咖哩粉、國產豬肉、馬鈴薯、蔥、香菇、紅蘿蔔、貢丸、芹菜 | 香蕉 | 醬燒蘿蔔糕  蘿蔔糕.醬油.蘿蔔絲.高麗菜 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/28 | 四 | 日式關東煮  芹菜、黑輪、米血、小鳥蛋、菜頭 | 古早味魯麵羹+清炒地瓜葉  油麵.魚羹.筍絲.大白菜.地瓜葉 | 香蕉 | 木耳鮮菇湯  黑木耳.香菇.秀珍菇 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/29 | 五 | 青豆仁烘蛋  火腿.玉米.雞蛋.蔥.青豆仁 | 豬肉水餃+味噌湯  水餃皮.高麗菜.國產豬肉.小魚乾.豆腐.味噌.柴魚片 | 香蕉 | 珍珠甜湯  珍珠、二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

\*本園肉品皆使用國產肉品,敬請家長安心! 2024/2/17製表