

天主教 育仁 幼兒園 三 月份營養餐點表 113.3.1-113.3.31

| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午餐 | 下午點心 | 餐點類別檢核 | | | |
|----|----|-----------|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----|-----|
| | | | | | 全穀根 莖類 | 豆魚肉 蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 五 | 大滷麵 | 青菜肉絲炒麵、玉米湯、 季節水果 | 高麗菜粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 4 | 一 | 絲瓜麵線 | 高麗菜肉絲炒米粉、馬鈴薯湯、 季節水果 | 鹹粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 5 | 二 | 皮蛋 瘦肉粥 | 三杯雞、紅燒豆腐、時令青菜、 大黃瓜湯、季節水果 | 紅豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6 | 三 | 古早味 米粉 | 高麗菜肉絲蛋炒飯、南瓜湯、 季節水果 | 小米粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 7 | 四 | 什錦粥 | 馬鈴薯燒肉、螞蟻上樹、 時令青菜、蓮藕湯、季節水果 | 青菜 豆腐湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 8 | 五 | 地瓜粥 | 酢醬絞肉麵、時令青菜、冬瓜 湯、季節水果 | 米苔目 甜湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 11 | 一 | 糙米粥 | 蔬菜肉絲炒河粉、蘿蔔湯、 季節水果 | 綠豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 12 | 二 | 油豆腐 細粉 | 木須炒肉絲、蒜香海帶絲、 時令青菜、玉米湯、季節水果 | 紫米粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 13 | 三 | 南瓜濃湯 | 滷肉飯、滷蛋、時令青菜、 大黃瓜湯、季節水果 | 蔬菜麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 14 | 四 | 湯餃 | 滷小雞腿、黃瓜炒蛋、時令青 菜、冬瓜湯、季節水果 | 薏仁湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 15 | 五 | 雞絲麵 | 義大利肉醬麵、鮮蔬番茄湯、 季節水果 | 地瓜甜湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 18 | 一 | 蔬菜粥 | 金瓜肉絲炒米粉、紫菜蛋花湯、 季節水果 | 肉絲 冬粉 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 19 | 二 | 廣東粥 | 黃金柳葉魚、五香豆干、 時令青菜、海帶結湯、季節水果 | 紅豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 20 | 三 | 鮮蔬 版條 | 夏威夷肉絲蛋炒飯、 青菜豆腐湯、季節水果 | 南瓜粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 21 | 四 | 肉絲麵 | 洋蔥炒肉絲、滷油豆腐、 時令青菜、馬鈴薯湯、季節水果 | 西米露 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 22 | 五 | 地瓜粥 | 鮮蔬肉絲炒麵、海帶結湯、 季節水果 | 小米粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 25 | 一 | 蔬菜粥 | 青菜肉絲炒河粉、蘿蔔湯、 季節水果 | 養生 番薯湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 26 | 二 | 玉米粥 | 白蘿蔔滷肉、開陽瓠瓜、 時令青菜、海帶芽湯、季節水果 | 蘿蔔糕湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 27 | 三 | 慶生會 | 高麗菜肉絲蛋炒飯、南瓜湯、 季節水果 | 蔬菜 米苔目 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 28 | 四 | 擔仔麵 | 紅蘿蔔炒雞丁、薑絲絲瓜、時令 青菜、玉米湯、季節水果 | 米苔目 甜湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 29 | 五 | 湯餃 | 番茄肉醬通心麵、青菜豆腐湯、 季節水果 | 薏仁湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

- ★ 每月青菜、水果以應時產季隨機調配。
- ★ 本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會彈性調整。
- ★ 本園咖哩使用之產地為日本福岡縣。
- ★ 本園一律使用國產豬肉、牛肉食材，向芬芳食品供應商採買。