

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。