

115年 3月

## 華人幼兒園餐點計畫表

		早點心	美味午餐				午點心	餐點類別檢核表			
								全穀雜糧類	蔬菜類	豆魚蛋肉類	水果類
3月2日	星期一	番茄板條	紫蘇梅燒雞	玉米炒蛋	季節蔬菜、水果	青木瓜肉絲湯	肉茸吻魚小米粥	✓	✓	✓	
3月3日	星期二	雞蛋麵線	蜜汁豬肉	螞蟻上樹	季節蔬菜、水果	馬鈴薯雞湯	紅豆麥片湯	✓	✓	✓	
3月4日	星期三	味噌蘿蔔糕湯	南洋鳳梨炒飯	醬炒干片	季節蔬菜、水果	結頭排骨湯	肉燥蔬菜拉麵	✓	✓	✓	
3月5日	星期四	油蔥雞絲麵	三杯雞	彩繪豆腐	季節蔬菜、水果	蔬菜蛋花湯	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	
3月6日	星期五	芋頭鹹粥	粉蒸肉	日式大根燒	季節蔬菜、水果	玉米薏仁湯	紅糖饅頭、紅棗茶	✓	✓	✓	
3月9日	星期一	擔仔麵	沙茶雞丁	肉燥滷干丁	季節蔬菜、水果	蒲瓜肉絲湯	香菇瘦肉粥	✓	✓	✓	
3月10日	星期二	清燉河粉	客家滷肉	紅蘿蔔炒蛋	季節蔬菜、水果	柴魚味噌湯	濃湯通心麵	✓	✓	✓	
3月11日	星期三	蒲瓜鹹粥	鐵板烏龍麵	紅燒豆腐	季節蔬菜、水果	蘿蔔排骨湯	燒仙草	✓	✓	✓	
3月12日	星期四	芋籤裸湯	咖哩豬肉	粟香白菜	季節蔬菜、水果	玉米蛋花湯	客家米苔目	✓	✓	✓	
3月13日	星期五	台南意麵	蒜香雞丁	什錦黃瓜	季節蔬菜、水果	香菇鮮筍湯	鮮奶饅頭、冬瓜茶	✓	✓	✓	
3月16日	星期一	家常麵疙瘩	冬瓜滷肉	毛豆玉米	季節蔬菜、水果	海芽蛋花湯	香菇珠貝粥	✓	✓	✓	
3月17日	星期二	豚骨拉麵	花干滷雞	芹香海帶	季節蔬菜、水果	榨菜肉絲湯	紫米甜湯	✓	✓	✓	
3月18日	星期三	番茄螺旋麵	招牌炒飯	韭香金菇銀芽	季節蔬菜、水果	青木瓜鮮排湯	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	
3月19日	星期四	玉米雞絲粥	豬肉壽喜燒	木須白菜滷	季節蔬菜、水果	酸辣湯	大麵羹	✓	✓	✓	
3月20日	星期五	菇菇粿仔湯	堅果黑豆干	南瓜炒蛋	季節蔬菜、水果	羅宋湯	紅糖饅頭、紅棗茶	✓	✓	✓	
3月23日	星期一	肉燥米粉	蒙古炒肉	鮮菇佛手瓜	季節蔬菜、水果	味噌豆腐湯	皮蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	
3月24日	星期二	蔬菜陽春湯麵	咖哩椰香雞	和風高麗菜	季節蔬菜、水果	海帶肉絲湯	大滷麵疙瘩	✓	✓	✓	
3月25日	星期三	關東煮	白醬義大利麵	長豆雞絲	季節蔬菜、水果	南瓜排骨湯	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	
3月26日	星期四	雞蛋燕麥粥	日式豬肉丼	花生滷干丁	季節蔬菜、水果	結頭菜雞湯	豬肉細粉	✓	✓	✓	
3月27日	星期五	日式蘿蔔湯麵	打拋雞肉	家常豆腐	季節蔬菜、水果	玉米濃湯	鮮奶饅頭、冬瓜茶	✓	✓	✓	
3月30日	星期一	芋粿蛋花湯	糖醋肉丁	芽菜雙蔬	季節蔬菜、水果	蒲瓜排骨湯	鮭魚胚芽米粥	✓	✓	✓	
3月31日	星期二	枸杞麻油麵線	鹽酥雞丁	肉燥洋芋	季節蔬菜、水果	洋蔥風味湯	地瓜西米露	✓	✓	✓	