|  |
| --- |
| 慈暉幼兒園111年度下學期營養餐點表 112年3月份 |
| 日期 | 星期 | 上午點心  | 營養午餐 | 下午點心  |
| 3/1 |  三 | 起司饅頭、豆漿  | 蔬菜肉絲意麵(高麗菜、胡蘿蔔、豬肉、意麵)、蛤蠣薑絲湯(蛤蠣.薑絲)、蘋果 | 南瓜玉米濃湯 |
| 3/2 |  四 | 白菜豆腐湯 | 鮪魚炒飯(鮪魚、洋蔥、豬肉、蛋、香菇)、玉米排骨湯、芭樂 | 麥片薏仁湯 |
| 3/3 |  五 | 海苔壽司捲(蛋.壽司.小黃瓜.白飯) | 蔬菜水餃、蕃茄豆腐湯(番茄、雞蛋、豆腐、豬肉)、蘋果 | 可莉母麵包、麥茶 |
| 3/6 |  一 | 三明治(吐司、蛋、肉鬆)、麥茶 | 什錦海鮮粥(香菇、胡蘿蔔、小魚、蝦米、小白菜)、紅燒五香豆干、香蕉 | 綠豆湯 |
| 3/7 |  二 | 香煎蘿蔔糕  | 咖哩燴飯(紅蘿蔔、馬鈴薯、洋蔥、豬肉) 皇帝豆大骨湯、火龍果 | 玉米濃湯 |
| 3/8 |  三 | 南瓜煎餅(南瓜、麵粉、雞蛋) | 什錦烏龍麵(高麗菜、杏鮑菇、胡蘿蔔、木耳、雞肉)、滷百頁海帶、芭樂 | 關東煮(黑輪、菜頭、紅蘿蔔) |
| 3/9 |  四 | 絲瓜麻油麵線(絲瓜、麵線、蛋) | 地瓜飯、香菇炒菠菜、玉米炒蛋、枸杞排骨湯、橘子(香菇、菠菜、豬肉、胡蘿蔔、玉米、蛋、枸杞) | 仙草蜜 |
| 3/10 |  五 | 熱狗蛋 | 什錦炒麵(木耳、香菇、胡蘿蔔、豬肉、大白菜)、蛤蠣冬瓜湯、火龍果 | 肉鬆麵包 |
| 3/13 |  一 | 地瓜香菇粥(地瓜、香菇、玉米) | 筍絲肉燥香菇湯飯(筍絲、豬肉、香菇、杏鮑菇、洋蔥、高麗菜)、柳丁 | 黑糖地瓜湯 |
| 3/14 |  二 | 法國蛋吐司.牛奶 | 日式豚骨拉麵(豬肉、拉麵、洋蔥、拉麵)、香蕉 | 紅豆湯 |
| 3/15 |  三 | 蔬菜蛋餅(高麗菜、蛋、麵粉、玉米) | 蕃茄蔬菜蛋炒飯(番茄、波菜、小黃瓜)、滷味(海帶、百頁豆腐)、芭樂 | 玉米濃湯  |
| 3/16 |  四 | 鍋燒雞絲麵(蛋、小白菜、黑輪、雞絲麵) | 五穀飯、洋蔥炒蛋、蘿蔔湯、蘋果(洋蔥、蛋、胡蘿蔔、菜頭、豬肉) | 冬粉蔬菜湯  |
| 3/17 |  五 | 肉鬆稀飯(白粥、肉鬆) | 鮮蔬炒粄條、排骨蘿蔔湯、橘子(粄條、豆芽菜、木耳、豬肉、排骨、) | 起司麵包.麥茶 |
| 3/20 |  一 | 排骨蔬菜麵(排骨、高麗菜、紅蘿蔔、麵條) | 筍香雞肉炊飯、蠔油生菜燴鮑菇、味噌湯、蘋果(筍絲、雞肉、三色豆、杏鮑菇、白菜) | 雞蛋布丁 |
| 3/21 |  二 | 黑糖饅頭、牛奶 | 芋頭鹹粥(芋頭、豬肉、高麗菜)、滷百頁豆腐、火龍果 | 米粉湯(米粉、豬肉、高麗菜) |
| 3/22 |  三 | 三明治、豆漿(吐司、蛋、玉米、小黃瓜) | 蕃茄義大利麵、南瓜濃湯、 (蕃茄、義大利麵、南瓜、洋蔥、豬肉)柳丁 | 餛飩湯(餛飩、白菜) |
| 3/23 |  四 | 高麗菜煎餅(高麗菜、麵線、蛋、玉米) | 香米飯、豆腐燒肉、香菇燴白菜、蛋花湯、香蕉(香菇、蛋、白菜、豆腐、豬肉) | 關東煮(黑輪、菜頭、菜頭) |
| 3/24 |  五 | 銀絲卷、牛奶 | 擔仔麵.香芹魚丸湯 (蝦米.芹菜.高麗菜.雞蛋.白菜.魚丸.豬肉.麵).火龍果 | 紅豆麵包、麥茶 |
| 3/25 |  六 | 滑蛋雞肉粥(雞肉、香菇、蛋、玉米、紅蘿蔔) | 肉燥飯、蝦米炒高麗菜、青菜餛飩湯、芭樂(蝦米、高麗菜、雞蛋、白菜、餛飩、豬肉) | 仙草蜜  |
| 3/27 |  一 | 草莓三明治、豆漿(草莓果醬、土司) | 什錦肉片番茄湯麵(番茄.木耳、香菇、紅蘿蔔，雞肉)、香蕉 | 綠豆薏仁湯 |
| 3/28 |  二 | 麵線羹(香菇、黑木耳、麻油、麵線) | 古早味油飯、豆腐味噌湯 (蝦米、豆腐、味噌、豬肉)、蘋果  | 蔬菜麵(蛋、小白菜、胡蘿蔔) |
| 3/29  |  三 | 香鬆海苔飯糰(飯、肉鬆、海苔) | 海鮮粥(香菇、蛤蜊、高麗菜、蝦米、豬肉)、香蕉  | 青菜大滷麵 |
| 3/30 |  四 | 白菜豆腐湯 | 什錦炒麵(高麗菜/紅蘿蔔/香菇/豬肉絲/洋蔥)、貢丸湯(芹菜/貢丸)、木瓜 | 紅豆湯 |
| 3/31 |  五 | 南瓜麵粉煎餅 | 鮪魚炒飯(鮪魚、洋蔥、豬肉、蛋、香菇)、玉米排骨湯、芭樂 | 可利母麵包、麥茶 |