 臺南市私立欣榮幼兒園

109學年度第二學期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 | 一 | 228和平紀念日補休假 | 228和平紀念日補休假 | 放假 | 228和平紀念日補休假 |  |  |  |  |
| 3/2 | 二  | 火腿玉米歐姆蛋火腿.玉米.雞蛋.蔥 | 醬燒肉絲燴麵+小白菜炒香菇麵.香菇.豬肉.洋蔥.高麗菜.木耳.小白菜.紅蘿蔔絲 | 木瓜 | 黑糖綠豆湯黑糖.綠豆.地瓜 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/3 | 三 | 鮮蔬豬肉意麵意麵.豬肉.紅蘿蔔.高麗菜 | 夏威夷蛋炒飯+炒蔬菜+冬瓜貢丸湯白米.雞蛋.鳳梨.紅蘿蔔.青豆仁.玉米.時令蔬菜.冬瓜.貢丸 | 木瓜 | 銀芽豆腐羹豆腐.豆芽菜.豬肉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/4 | 四 | 滑蛋雞汁粥雞蛋.白米.玉米.洋蔥 | 浮水魚羹麵+炒蔬菜油麵.魚羹.筍絲.大白菜.時令蔬菜 | 木瓜 | 三杯關東煮黑輪.米血.魚丸.薑.醬油.糖.九層塔 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/5 | 五 | 玉米鮮菇湯玉米粒.鮮菇.雞蛋 | 黃金奶香南瓜粥+炒蔬菜白米.南瓜.牛奶.豬肉.時令蔬菜 | 木瓜 | 八寶甜湯紅豆.綠豆.大豆.薏仁.麥片.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/8 | 一 | 香煎蘿蔔糕醬油.蘿蔔糕.蔥 | 芹香魚片海鮮粥白米.虱目魚肉.豬肉.花枝.芹菜.高麗菜.洋蔥 | 柳丁 | 蛋香吐司+麥茶吐司.蛋液.大麥.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/9 | 二 | 廣式鹹粥白米.皮蛋.肉鬆.木耳 | 榨菜肉絲湯麵麵條.榨菜絲.小白菜.芹菜.油蔥酥.豬肉 | 柳丁 | 健康燕麥甜湯大燕麥片.薏仁.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/10 | 三 | 香炒粿仔條粿仔條.韭菜.豬肉.豆芽菜.紅蘿蔔 | 醬瓜滷香燴飯+玉米排骨湯白米.香菇.蝦米.豬肉.紅蘿蔔.醬瓜.小鳥蛋.洋蔥.玉米.排骨.芹菜 | 柳丁 | 港式雲吞湯小白菜.餛飩.芹菜 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/11 | 四 | 蔬菜炒蛋雞蛋.火腿.青豆.洋蔥 | 番茄鯖魚煨麵+炒蔬菜麵條.番茄.鯖魚.番茄醬.蔥.蔬菜.魚丸 | 柳丁 | 綜合天婦羅甜不辣.米血.白蘿蔔. | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/12 | 五 | 馬鈴薯濃湯馬鈴薯.豬肉.紅蘿蔔.洋蔥. | 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 | 柳丁 | 粉圓桂圓湯黑糖.紅棗.桂圓.二砂糖.粉圓 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/15 | 一 | 芹香魚丸羹魚丸.芹菜.白菜 | 精燉魚骨海鮮時蔬粥白米.虱目魚肉.虱目魚骨.花枝漿.芹菜.高麗菜. | 小番茄 | 沙拉三明治+冬瓜鮮奶吐司.沙拉.冬瓜塊.牛奶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/16 | 二 | 火腿玉米蛋火腿丁.雞蛋.玉米 | 筍絲花枝羹麵白米.筍絲.花枝.香菇.洋蔥.高麗菜 | 小番茄 | 地瓜綠豆湯地瓜.綠豆.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/17 | 三 | 油豆腐細粉冬粉.油豆腐.紅蘿蔔.蔥. | 台式香腸炒飯+炒蔬菜+紫菜蛋花湯白米.香腸.洋蔥.蘿蔔絲.時令蔬菜.紫菜.雞蛋.蔥花 | 小番茄 | 蔬菜煎餅紅蘿蔔絲.小白菜.洋蔥.麵粉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/18 | 四 | 台式鹹粥白米.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 | 小番茄 | 酥炸甜不辣甜不辣.洋蔥. | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/19 | 五 | 玉米濃湯玉米.火腿.牛奶 | 蠔油豆干肉燥飯+炒蔬菜+味噌海帶芽湯白米.豆干.豬肉.花瓜.蠔油.海帶芽.味噌.小魚乾.洋蔥.蔥花 | 小番茄 | QQ粉圓甜湯粉圓.冬瓜.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/22 | 一 | 韮香蘿蔔糕湯韭菜.蘿蔔糕.豆芽菜.紅蘿蔔.玉米 | 海鮮滑蛋粥+炒青江菜蝦.花枝.雞蛋.玉米.洋蔥.香菇.青江菜.姜絲 | 木瓜 | 草莓吐司+麥茶吐司.草莓果醬.麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/23 | 二 | 綠豆仁玉米蛋火腿.玉米.雞蛋.蔥.青豆仁 | 三鮮炒麵蝦.花枝.魚.木耳.洋蔥.紅蘿蔔.鐵板麵 | 木瓜 | 紅豆薏仁粥紅豆.薏仁.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/24 | 三 | 鍋燒雞絲麵雞絲麵.小白菜.豬肉 | 茄汁蘑菇鐵板燴飯+綜合菇菇湯番茄.番茄醬.香菇.豬肉.紅蘿蔔.蔥.麵.洋蔥.綜合菇 | 木瓜 | 蔬菜魚餃湯魚餃.大白菜.紅蘿蔔 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/25 | 四 | 芙蓉雞汁粥白米.玉米.翡翠.雞肉.蔥 | 古早味大滷麵麵.雞蛋.肉羹.豆芽菜.高麗菜.筍絲.豬肉.木耳.紅蘿蔔 | 木瓜 | 豆腐蔬菜羹豆腐.高麗菜.豬肉.黑木耳 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/26 | 五 | 洋芋濃湯馬鈴薯.玉米.紅蘿蔔.雞蛋.豬肉 | 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 | 木瓜 | QQ粉圓甜湯粉圓.冬瓜.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/29 | 一 | 蛋花湯餃 餃子.雞蛋.鹽.蔥 | 彩椒蔬菜豬肉蛋炒飯+冬瓜薑絲湯白米.彩椒.高麗菜.洋蔥紅蘿蔔.雞蛋.豬肉.冬瓜.薑絲 | 芭樂 | 糖霜吐司＋決明子茶吐司.糖粉.決明子.砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/30 | 二 | 菠菜翡翠粥菠菜.吻仔魚.白米 | 日式柴魚關東煮烏龍麵+炒蔬菜烏龍麵.柴魚.黑輪.花枝羹.醬油.時令蔬菜 | 芭樂 | 綠豆粉條湯綠豆.粉條.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/31 | 三 | 鍋燒冬粉冬粉.蘿蔔絲.高麗菜.洋蔥.蔥 | 咖哩豬肉燴飯+炒時令蔬菜+蘿蔔排骨湯白米.豬肉.花椰菜.青豆仁.紅蘿蔔丁.咖哩.白蘿蔔.大骨.時令蔬菜 | 芭樂 | 翡翠蟹絲羹菠菜.蟹絲.魚板 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

\*本園肉品皆使用國產肉品,敬請家長安心! 2021/02/26製表