

110年東園附幼3月餐點表

日期	星期	早點	午餐					水果	午點
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品		
3月2日	二	乾拌水餃*5	芝麻飯	蔥爆豬柳 洋蔥.蔥.豬柳	小瓜鮮燴 紅蘿蔔.小黃瓜	應青	洋芋排骨湯 洋芋.排骨	水果	黑糖捲+明目茶
3月3日	三	油腐粉絲湯 冬粉.油豆腐.高麗菜	素玉米蛋炒飯+炒青菜+高麗鮮菇湯 玉米粒.紅蘿蔔.洗選蛋.豆干丁.蔥+應青+金針菇.高麗菜						水果拼盤
3月4日	四	金黃南瓜粥 洗選蛋.三丁.高麗菜.南瓜	糙米飯	蕃茄燉雞 骨腿丁.蕃茄.洋蔥.鮑菇	紅燒豆腐 豆腐.蔥.香菇	應青	海芽蘿蔔湯 乾海芽.蘿蔔.排骨		水果拼盤
3月5日	五	慶生會	滷肉飯+滷大排+炒青菜+田園蔬菜湯 絞肉.豆干丁.生香菇+帶骨大排.滷包+應青+高麗菜.玉米粒.洋蔥					水果	脆片奶酪
3月8日	一	關東煮 白蘿蔔.玉米結.黑輪.豬血糕	海苔飯	紅燒肉 白蘿蔔.肉片.豆干	洋蔥炒蛋 洋蔥.洗選蛋	應青	羅宋湯 蕃茄.洋芋.洋蔥.高麗菜		水果+紅豆薏仁湯 水果.紅豆.小薏仁
3月9日	二	鍋燒意麵 意麵.油腐.小白菜.金針菇	胚芽飯	咖哩雞 咖哩粉.骨腿丁.紅蘿蔔.洋芋	芹香百頁 芹菜.百頁.木耳	應青	南瓜肉絲湯 南瓜.肉絲	水果	銀絲卷+統一鮮乳
3月10日	三	饅頭夾蛋 白饅頭.洗選蛋	素客家炒板條+滷豆干炒青菜+蔬菜玉米湯 板條.豆芽菜.韭菜.小白菜.紅蘿蔔.生木耳+豆干.滷包+應青+玉米粒.高麗菜.紅蘿蔔						水果拼盤
3月11日	四	廣東粥 絞肉.紅蘿蔔.洗選蛋.高麗菜	紫米飯	糖醋肉 肉柳.洋蔥.小黃瓜	黃瓜鮑菇 大黃瓜.生木耳.鮑菇	應青	玉米排骨湯 玉米截.排骨		水果拼盤
3月12日	五	肉絲燉冬粉 冬粉.肉絲.生木耳.小白菜	親子丼飯+炒青菜+味噌湯 骨腿丁.洗選蛋.海苔絲.毛豆仁+應青+味噌.豆腐.乾海芽					水果	奶黃包+桂圓紅棗茶
3月15日	一	肉包+決明子茶	芝麻飯	冬瓜蒸肉 冬瓜.碎干丁.絞肉	玉米炒蛋 玉米粒.洗選蛋	應青	白菜鮮菇湯 大白菜.金針菇.排骨		水果+冬瓜米苔目 水果.米苔目.冬瓜茶
3月16日	二	玉米濃湯+全麥吐司 玉米粒.雞蛋.洋芋.奶水+全麥吐司	紫米飯	蔥爆雞丁 洋蔥.蔥.骨腿丁	鮮燴黃瓜 大黃瓜.木耳.紅蘿蔔	應青	青木瓜魚羹湯 青木瓜.魚羹	水果	黑糖小饅頭*2+豆漿
3月17日	三	蒸蘿蔔糕	鮮蔬燴飯+炒青菜+玉米油腐湯 鮑菇.豆乾.洋蔥.小黃瓜.紅蘿蔔.高麗菜+應青+玉米截.油豆腐						水果拼盤
3月18日	四	芙蓉瘦肉粥 洗選蛋.絞肉.高麗菜.玉米粒	胚芽飯	花菜燴豬柳 青花菜.豬柳.木耳	螞蟥上樹 冬粉.高麗菜.紅蘿蔔.絞肉	應青	味噌海芽湯 味噌.洋蔥.海芽		水果拼盤
3月19日	五	燒賣*2+鮮蔬湯 燒賣.高麗菜.胡蘿蔔.生木耳	茄汁肉醬麵+炒青菜+冬瓜排骨湯 黃油麵.蕃茄.蕃茄醬.洋蔥.絞肉.三色丁.青花菜+應青+冬瓜.排骨					水果	滷味 豆干.海帶.甜不辣.滷包
3月22日	一	鮮菇雞湯 香菇.鮑菇.雞丁.白蘿蔔.百頁	地瓜飯	玉米燒雞 玉米結.骨腿丁.紅蘿蔔	洋蔥炒蛋 洋蔥.洗選蛋	應青	白玉排骨湯 白蘿蔔.排骨		水果+地瓜薑湯 水果.地瓜.老薑
3月23日	二	雞絲麵 雞絲麵.小白菜.洗選蛋.紅蘿蔔.肉絲	小米飯	打拋豬 絞肉.洋蔥.九層塔	薑燒冬瓜 冬瓜.薑	應青	青菜豆腐湯 小白菜.豆腐	水果	肉包+統一鮮乳
3月24日	三	新竹米粉湯 米粉.韭菜.豆芽菜.生香菇	素高麗菜蒸飯+炒青菜+鮮瓜金菇湯 高麗菜.碎干丁.玉米粒.紅蘿蔔.香菇+應青+金針菇.大黃瓜						水果拼盤
3月25日	四	台式鹹粥 絞肉.生香菇.三丁.高麗菜	五穀飯	壽喜燒肉 肉片.洋蔥	花菜燴金菇 青花菜.金針菇	應青	羅宋湯 蕃茄.洋蔥.洋芋.高麗菜		水果拼盤
3月26日	五	蛋花湯餃 水餃*3.青菜.洗選蛋	味噌拉麵+香滷腿排+炒青菜 味噌.白油麵.豆芽菜.青江菜.乾海芽.玉米粒+雞腿排.滷包+應青					水果	馬拉糕+麥茶
3月29日	一	湯包*3	小米飯	蘿蔔燒雞 骨腿丁.蘿蔔.紅蘿蔔	香菇蒸蛋 生香菇.洗選蛋	應青	榨菜肉絲湯 榨菜絲.肉絲		水果+花生豆花 水果.花生.豆花
3月30日	二	貢丸湯 貢丸*2.白蘿蔔.芹菜	糙米飯	咖哩豬 肉角.洋芋.紅蘿蔔	木須白菜 大白菜.生木耳	應青	結頭菜排骨湯 結頭菜.排骨	水果	蜂蜜蛋糕+薏仁糙米漿
3月31日	三	金菇烏龍湯麵 烏龍麵.金針菇.青江菜.油豆腐	素蕃茄雞蛋燴飯+應青+如意蔬菜湯 蕃茄.雞蛋.豆腐.洋蔥+應青+黃豆芽.木耳.紅蘿蔔						水果拼盤

※依合約規範：肉品及相關製品皆採用具CAS證明或屠宰衛生合格標誌之產品