

臺南市學甲區中洲國民小學附設幼兒園 110 年度第二學期

3 月份餐點表

※本園一律使用國產豬、牛肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
W4	1 二	柳丁+低糖豆漿	白飯、茄香肉燥、三杯杏鮑菇、炒高麗菜、玉米排骨湯	波蘿麵包+米漿
2	三	蘋果片+鮮奶	酸辣湯麵、詐花枝丸、番茄	青江菜魚丸湯麵
3	四	高麗菜滑蛋麵線	白飯、番茄燉肉、麵筋燒白菜、炒菠菜、榨菜銀芽湯、蘋果片	蛋餅+燕麥堅果奶
4	五	木瓜+優酪乳	白飯、南瓜雞丁、起司四色菜、炒青江菜、榨菜銀芽湯	起司饅頭+低糖豆漿
W5	7 一	芭樂片+優酪乳	白飯、酥炸秋刀魚、豆芽海帶芽炒蛋、炒花椰菜、南瓜蔬菜湯	加州葡萄麵包+鮮奶
8	二	蘋果片+鮮奶	白飯、酸菜雞丁、沙茶金針菇、炒油菜、山藥排骨湯	白菜水餃湯
9	三	木瓜片+優酪乳	鮮筍粥，紅豆包，蘋果	馬拉糕+低糖豆漿
10	四	蘋果片+鮮奶	白飯、泡菜炒年糕、大白菜滑蛋、炒大白菜、冬瓜小魚湯	青江菜魚丸湯
11	五	芭樂片+低糖豆漿	白飯、麻香秀珍燒雞、四季豆炒乾片、炒白菜、洋蔥蛋花湯	玉米脆片+鮮奶
W6	14 一	蘋果片+鮮奶	白飯、蒲燒魚腹排、番茄蛋豆腐、炒油菜、海帶芽味增湯	墨西哥特濃奶酥麵包+鮮奶
15	二	芭樂片+低糖豆漿	白飯、黑胡椒雞丁、高麗菜肉絲炒冬粉、炒菠菜、大頭菜魚丸湯	滑蛋玉米瘦肉粥
16	三	香蕉+水煮蛋	高麗菜肉絲魚丸湯麵、蒸小奶皇包、茂谷柑	地瓜包+鮮奶
17	四	蘋果片+低糖豆漿	白飯、冬瓜燒肉、玉米豆丁、炒奶油白菜、海帶芽蛋花湯	紅豆銅鑼燒+鮮奶
18	五	木瓜片+優酪乳	白飯、豆乳雞丁、西芹甜不辣、炒青江菜、南瓜排骨湯	奶皇包+燕麥堅果奶
W7	20 日	蘋果片+鮮奶	高麗菜豬肉絲炒油麵、香酥麥克雞塊、蘿蔔魚丸湯	香蔥麵包+鮮奶
22	二	芭樂片+低糖豆漿	白飯、黑胡椒豬柳、鮮菇炒百頁、炒油菜、豆薯龍骨湯	紅豆湯
23	三	木瓜片+鮮奶	香菇肉羹飯、奇美小肉包、茂谷柑	蜂蜜蛋糕+低糖豆漿
24	四	香蕉+優酪乳	白飯、油豆腐肉燥、絲瓜雞絲、炒青江菜、海帶芽蛋花湯	紅豆包+芝麻豆漿
25	五	蘋果片+低糖豆漿	白飯、海苔炸雞、豬絞肉炒豆腐、炒菠菜、將斯冬瓜湯	豆沙包+燕麥堅果奶
W8	28 一	香蕉	白飯、炸魚排、菜脯炒蛋、炒白菜、味增湯	帕馬森起司麵包+鮮奶
29	二	芭樂片+芝麻豆漿	白飯、南瓜燉排骨、洋蔥甜不辣、炒油菜、蘿蔔玉米湯	玉米瘦肉粥
30	三	木瓜片	香滑蛋雞肉粥，蒸鍋貼，柳丁	白菜虱目魚丸湯麵
31	四	蘋果片+優酪乳	白飯、京醬肉片、鮮菇大白菜、炒豆芽菜、菠菜蛋花湯	高麗菜餛飩湯

備註：每日餐點均含全穀根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類等四大類食物

幼兒園教師：

教師兼
附設幼兒園主任 周建男

單位主管：

教師兼
附設幼兒園主任 周建男

校長：

校長黃文信