# 2022年03月全校營養午餐公告

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜 | 副菜1 | 副菜2 | 副菜3 | 水果 | 湯點 | 總熱量 |
| 2022-03-01 | 二 | 米飯 | 黑胡椒雞 | 毛豆炒豆乾 | 有機青江菜 |  | 全脂濃稠發酵乳 | 關東煮湯 | 0 |
| 2022-03-02 | 三 | 燕麥飯 | 素咖哩 | 菜脯炒蛋 | 豆芽白菜 |  | 時令水果 | 腐皮味噌湯 | 0 |
| 2022-03-03 | 四 | 米飯 | 冬瓜鴨 | 金針菇炒肉絲 | 有機青松菜 |  |  | 絲瓜蛋花湯 | 0 |
| 2022-03-04 | 五 | 米飯 | 梅干燒肉 | 山藥捲 | 紅絲高麗菜 |  | 全脂鮮乳 | 玉米大骨湯 | 0 |
| 2022-03-07 | 一 | 米飯 | 壽喜燒 | 醬油蛋 | 炒地瓜葉 |  |  | 酸菜鴨肉湯 | 0 |
| 2022-03-08 | 二 | 米飯 | 醬爆三寶 | 螞蟻上樹 | 有機荷葉白菜 |  | 豆漿 | 豆薯蛋花湯 | 0 |
| 2022-03-09 | 三 | 小米飯 | 椒鹽魚塊 | 三杯百頁豆腐 | 紅絲高麗菜 |  | 時令水果 | 素當歸湯 | 0 |
| 2022-03-10 | 四 | 米飯 | 回鍋肉 | 洋蔥炒蛋 | 有機青江菜 |  |  | 瓜仔雞湯 | 0 |
| 2022-03-11 | 五 | 鍋燒烏龍麵 | 鹽酥雞 | 芋餅 | 菠蘿麵包 |  | 全脂鮮乳 |  | 0 |
| 2022-03-14 | 一 | 米飯 | 酸菜鴨 | 小黃瓜炒黑輪 | 紅絲高麗菜 |  |  | 紫菜蛋花湯 | 0 |
| 2022-03-15 | 二 | 米飯 | 什錦肉 | 沙茶四寶 | 有機廣島菜 |  | 全脂濃稠發酵乳 | 鮮菇湯 | 0 |
| 2022-03-16 | 三 | 五穀飯 | 黑胡椒素肉排 | 番茄豆腐炒蛋 | 炒地瓜葉 |  | 時令水果 | 麻油麵線蛋湯 | 0 |
| 2022-03-17 | 四 | 米飯 | 宮保雞丁 | 冬瓜炒杏鮑菇 | 有機荷葉白菜 |  |  | 酸菜脆筍湯 | 0 |
| 2022-03-18 | 五 | 沙茶蛋炒飯 | 香腸 | 冰心地瓜 | 紅絲高麗菜 |  | 全脂鮮乳 | 翡翠濃湯 | 0 |

* 本園一律使用國產豬肉、牛肉(未提供)。
* 幼兒如對任何食物過敏，請家長主動告知老師，以免誤食造成身體不適。