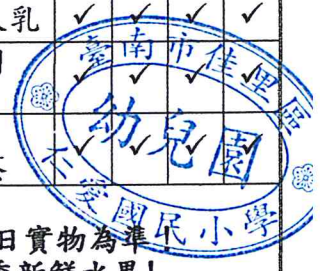


臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 109 學年度第 2 學期 3 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
3/2	二	蔬菜蛋餅 綠豆汁	白飯、泰式蒸鮮魚、鮮味花椰菜、炒有機時蔬、小魚味噌豆腐湯	蓮霧	小雞塊 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
3/3	三	雞絲麵	茄汁肉醬麵、雞塊薯條、燙青花菜、玉米蛋花湯、乳品	橘子	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
3/4	四	清粥小菜	麥片飯、海帶結雞肉、腐皮大白菜、炒有機菠菜、蘿蔔玉米湯	小番茄	香菇雞湯	✓	✓	✓	✓
3/5	五	壽司 低糖麥茶	五穀飯、地瓜排骨、番茄高麗菜、炒大陸妹、鮮蔬蛋花湯、乳品	蓮霧	小牛角 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/8	一	蔬菜拉麵	白飯、沙茶雞柳、黃瓜黑輪、炒有機菜、味噌小魚高麗菜湯	橘子	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
3/9	二	叻仔魚粥	海苔香鬆飯、三杯菇油豆腐、叻仔魚炒蛋、開陽大白菜、冬瓜文蛤湯	香蕉	雞蛋糕 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
3/10	三	湯餃	麻醬乾麵、綜合滷味、鮮菇雞湯、乳品	橘子	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
3/11	四	廣東粥	糙米飯、泰式打拋豬、紅蘿蔔炒蛋、炒有機時蔬、小白菜豆腐湯	蘋果	三色豆花	✓	✓	✓	✓
3/12	五	鍋燒意麵	燕麥飯、蘋果咖哩雞、肉末高麗菜、香菇青江菜、紫菜蛋花湯、乳品	香蕉	奶油餐包 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/15	一	蘿蔔糕 低糖麥茶	地瓜飯、梅汁排骨、番茄高麗菜、香菇油菜、蘿蔔雞湯	蘋果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
3/16	二	地瓜粥拌魚鬆	糙米飯、鹽酥旗魚、木須炒蛋、大黃瓜魚羹、味噌油豆腐湯	蓮霧	鬆餅 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
3/17	三	小籠包 綠豆汁	白飯、麻油雞粒飯料、炒有機菜、大頭菜骨湯、乳品	蘋果	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
3/18	四	玉米瘦肉粥	白飯、塔香雞肉、麻婆豆腐、薑炒空心菜、豆薯蛋湯	香蕉	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
3/19	五	抓餅 豆漿	小米飯、肉燥豆干、小黃瓜雞柳、芹香高麗菜、海帶芽蛋花湯、乳品	蓮霧	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
3/22	一	枸杞麵線	麥片飯、咖哩雞、蘿蔔車輪、蒜香大陸妹、玉米蛋花湯	香蕉	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
3/23	二	廣東粥	白飯、日式蒸蛋、番茄豆腐蛋、炒有機時蔬、高麗菜魚丸湯	小番茄	原味豆花	✓	✓	✓	✓
3/24	三	鍋貼 低糖麥茶	蝦仁炒麵、炒雙色花椰菜、香菇雞湯、乳品	香蕉	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
3/25	四	當歸麵線	白飯、回鍋肉片、豆薯炒蛋、炒有機菜、紫菜蛋花湯	火龍果	甜甜圈 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
3/26	五	碗粿 味噌湯	糙米飯、馬鈴薯燉肉、芹香豆腐、炒空心菜、大黃瓜雞湯	香蕉	小肉包 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/27	六	西點麵包	什錦蔬菜粥、茶葉蛋	小番茄	光泉保久乳	✓	✓	✓	✓
3/30	二	清粥小菜	白飯、酥炸魚柳、玉米炒蛋、黃瓜鮑菇、金針菇蛋花湯	香蕉	草莓吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/31	三	西點麵包 養樂多	魚羹湯麵、綜合滷味、乳品	火龍果	車輪餅 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓



用餐  
天數：22 天

備註：  
 ☆3/27(六) 校慶成果展，3/29(一)補假 ☆餐點若有變更，以當日實物為準  
 ☆3/31(三)3 月份慶生會 ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果！  
 ☆本園一律使用國產豬、牛肉及符合食品安全標章食材！

製表：

教保員蔡美鳳

園主任：

教師兼附設  
幼兒園主任 陳月霜

校長：

臺南市佳里區  
仁愛國民小學校長 楊宗穎