

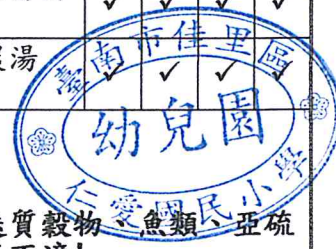


臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 111 學年度第 2 學期 3 月份餐點表



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
3/1	三	香菇肉羹麵	親子丼飯(白米飯、雞腿肉、洋蔥、雞蛋、紅蘿蔔、黑胡椒毛豆、燴雙花、海芽、味噌湯、保久乳)	茂谷	三明治 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/2	四	陽春麵	紅藜米飯、花生豬腳、干貝絲瓜枸杞、蒜炒高麗菜、大頭菜雞湯	草莓	燒仙草	✓	✓	✓	✓
3/3	五	叻仔魚粥	白米飯、椰香雞丁、豆芽菜炒肉絲、炒有機蚵白菜、蕃茄蛋花湯	茂谷	饅頭夾蛋 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/6	一	清粥小菜 煎蛋、麵筋	白米飯、泰式打拋豬、玉米乾丁、開陽白菜、豆薯肉絲湯	草莓	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
3/7	二	菠菜豆腐湯 餃	胚芽米飯、XO 醬石斑魚、紅蘿蔔炒蛋、炒有機青江菜、冬瓜魚丸湯	香蕉	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
3/8	三	枸杞麵線	麻醬乾麵、滷味拼盤(梅花肉片、海帶結、甜不辣)清燙小白菜、保久乳	茂谷	紅豆牛奶湯	✓	✓	✓	✓
3/9	四	廣東粥	糙米飯、咖哩雞、脆筍三絲、沙茶油菜、紫菜蛋花湯	棗子	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
3/10	五	鍋燒烏龍麵	白米飯、筍乾燒肉、豆乾炒蔬菜丁、炒有機尼龍白菜、菇菇雞湯	香蕉	黃瓜肉鬆吐 司+豆漿	✓	✓	✓	✓
3/13	一	翡翠雞茸玉 米粥	紅藜米飯、梅汁排骨、麻婆豆腐、有機荷葉白菜、胡椒白菜雞湯	棗子	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
3/14	二	虱目魚魚柳 粥	白飯、泡菜海鮮豆腐、菜脯炒蛋、枸杞高麗菜、蘿蔔玉米湯	茂谷	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
3/15	三	小籠包 紫菜蛋花湯	南瓜炒米粉、燒烤雞翅、關東煮(米血、杏鮑菇、白蘿蔔、貢丸)酸辣湯、保久乳	香蕉	全穀饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/16	四	肉燥米粉湯	白飯、三杯杏鮑菇雞丁、雙花燴鴿蛋、枸杞炒菠菜、大黃瓜豬骨湯	棗子	三色豆花	✓	✓	✓	✓
3/17	五	玉米瘦肉粥	胚芽米飯、香菇瓜仔肉燥、小黃瓜炒培根、炒有機味美菜、海帶芽蛋花湯	茂谷	銀絲卷 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/20	一	蔬菜蛋餅 綠豆汁	白飯、滷雞腿、豆皮炒三絲、蒜香大陸妹、豬肉味噌湯	棗子	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
3/21	二	小米蛋花粥	五穀米飯、香酥鱸魚、番茄豆腐、腐乳空心菜、玉米蛋花湯	蓮霧	菇菇雞湯	✓	✓	✓	✓
3/22	三	當歸麵線	香腸炒飯、白菜滷、榨菜餛飩湯、保久乳	棗子	茶碗蒸	✓	✓	✓	✓
3/23	四	蘿蔔糕 低糖麥茶	白飯、宮保雞丁、冬瓜燒油腐、炒有機青松菜、紫菜蛋花湯	葡萄	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
3/24	五	排骨酥麵	地瓜米飯、蠔油芥蘭肉片、洋蔥蝦仁炒蛋、蒜炒高麗菜、脆筍雞湯	蓮霧	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
3/25	六	杯子蛋糕	白飯、白蘿蔔滷肉、黃豆芽炒乾絲、炒有機蚵白菜、蒲瓜貢丸湯	葡萄	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
3/27	一	浮水魚羹麵	白米飯、醬燒鴨肉、杏鮑菇炒肉絲、炒有機皺葉白菜、味噌豆腐蛋花湯	蓮霧	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
3/28	二	南瓜粥	海苔香鬆飯、沙茶烏魚、玉米蒸蛋、肉燥地瓜葉、絲瓜魚丸湯	蘋果	黑糖饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
3/29	三	水果布丁蛋 糕低糖麥茶	番茄紅燒拉麵、紅燒腱肉、高麗菜卷、保久乳	葡萄	綜合芋圓湯	✓	✓	✓	✓
3/30	四	叻仔魚粥	紅藜米飯、泰式塔香雞腿、黃瓜黑輪、沙茶油菜、金針菇海帶芽豆腐湯	香蕉	玉米蘿蔔排 骨湯	✓	✓	✓	✓
3/31	五	春捲 糙米漿	白飯、高麗菜炒肉片、咖哩豆腐、炒有機味美菜、山藥雞湯	香蕉	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓

備註：
 ☆3/25(六)補上課日 ☆3/29(三)3月慶生會
 ☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！
 ☆如幼兒對甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、芝麻、堅果類、含麩質穀物、魚類、亞硫酸鹽類及其製品有過敏情形，請事先告知老師，避免食用而引發不適！
 ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果，並隨產季機動調整！
 ☆本園一律使用國產豬肉、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： **臺南市佳里區楊宗穎 仁愛國民小學校長**