

台南市學甲國小附設幼兒園 113 學年度第 2 學期 3 月份餐點表

日期	早點	午餐	午點
3/3(一)	蘑菇鐵板麵(麵條、蘑菇醬、雞蛋、肉絲、洋蔥)	米飯+薑汁燒肉(火鍋肉片、剝皮洋蔥、小黃瓜、燒肉醬)+番茄炒蛋(雞蛋、紅番茄、紅蘿蔔絲)+薑絲+絲瓜蛤蜊湯(絲瓜、蛤蜊)	玉米蛋小堡(漢堡、雞蛋、玉米)+芭樂
3/4(二)	虱目魚粥(白米、虱目魚、白菜、芹菜、蒜頭酥)	米飯+鹹酥雞(雞胸丁、胡椒鹽)+什錦滷味(冬瓜、海帶捲、凍豆腐、小麵輪)+玉米+蘿蔔黑輪湯(白蘿蔔、小黑輪、米血丁)+原味保久乳	玉米濃湯(玉米、絞肉、雞蛋、洋蔥)+小馬卡龍(麵粉、奶油、糖霜)+小番茄
3/5(三)	生日蛋糕(麵粉、雞蛋、牛奶、奶油、蘋果、奇異果)+牛奶	義大利麵+白醬雞肉義大利麵(去骨腿肉丁、生香菇、剝皮洋蔥、冷凍青花菜、冷凍玉米粒、鮮奶)+黑糖銀絲卷(奇美)+義式蔬菜湯(高麗菜、紅番茄、火腿丁)+水果()	吐司加蛋(吐司、雞蛋)+無糖豆漿
3/6(四)	總匯三明治(吐司、豬肉、雞蛋)	胚芽飯(白米、胚芽米)+瓜仔肉燥(瘦肉絞肉、豆乾丁、生香菇、花瓜)+小黃瓜炒黑輪(小黃瓜、紅蘿蔔片、黑輪片)+沙拉花椰菜(冷凍青花菜、冷凍白花菜)+胡椒白菜雞(雞胸丁、大白菜、金針菇)	起司蛋餅(餅皮、雞蛋、起司)+無糖麥茶+柳丁
3/7(五)	蔬菜肉絲鹹粥(白米、白菜、肉絲、玉米、雞蛋)	米飯+紅燒雞(雞腿丁、白蘿蔔、紅甜椒)+什錦南瓜(南瓜、紅蘿蔔丁、竹筍片、瘦肉絞肉)+沙茶+紫菜蛋花湯(雞蛋、紫菜、剝皮洋蔥)+水果()	紅豆粉圓豆花(黃豆、紅豆、粉圓、黑糖)
3/10(一)	肉燥蔬菜麵線(麵線、高麗菜、肉燥、豆芽菜)	米飯+京醬肉絲(豬肉絲、小黃瓜、剝皮洋蔥)+薑絲海帶捲(海帶捲、豆干片、豬肉絲)+紅蔥+麻辣燙(高麗菜、虱目魚羹、豆菊、貢丸)	小銀絲卷(麵粉、奶油、蛋黃)+無糖麥茶+芭樂
3/11(二)	起司蛋餅(餅皮、起司、雞蛋)	米飯+地瓜燒雞(雞腿丁、地瓜、鴻喜菇)+油片炒高麗菜(高麗菜、油片、紅蘿蔔絲)+大黃瓜麵筋(大黃瓜、木耳絲、麵筋泡)+玉米絞肉湯(冷凍玉米粒、瘦肉絞肉、紅蘿蔔丁、去葉芹菜)+原味保久乳	番薯綠豆湯(地瓜、綠豆、二砂糖)+小番茄
3/12(三)	翡翠吻仔魚粥(白米、菠菜、吻仔魚、玉米)	長糯米+米糕(豬絞肉、乾香菇、豆干丁、水煮花生、小黃瓜、紅蔥酥、素肉鬆)+咖哩洋芋(馬鈴薯、紅蘿蔔丁、剝皮洋蔥、瘦肉絞肉)+薑絲鱸魚湯(鱸魚丁、豆腐)+水果()	原味鬆餅(鬆餅粉、牛奶、奶油)+牛奶
3/13(四)	小肉包(麵粉、絞肉、洋蔥、青蔥)+無糖豆漿	米飯+香酥魚柳(虱目魚柳、胡椒鹽)+茶碗蒸(雞蛋、去骨雞腿丁、生香菇)+肉燥豆芽菜(黃豆菜、韭菜、瘦肉絞肉)+筍絲排骨湯(桶筍絲、木耳絲、龍骨丁)	生煎包(麵粉、絞肉、高麗菜、冬粉、青蔥)+柳丁
3/14(五)	水餃(麵粉、絞肉、高麗菜)+無糖麥茶	紅藜麥飯(白米、紅藜麥)+黑胡椒肉絲(豬肉絲、高麗菜、玉米筍)+蘿蔔滷豆腐(凍豆腐、紅蘿蔔丁、鴻喜菇、白蘿蔔、滷包)+柴魚大白菜(大白菜、柴魚片)+冬瓜排骨湯(冬瓜、海帶結、龍骨丁)+水果()	湯包(麵粉、絞肉、青蔥、洋蔥)+魚丸白菜湯
3/17(一)	香菇肉羹麵(油麵、香菇、豬肉、白菜)	米飯+玉米炒雞丁(去骨雞腿丁、冷凍玉米粒、剝皮洋蔥)+冬瓜滷白菜(冬瓜、大白菜、麵皮絲)+薑絲+紫菜姑姑湯(紫菜、金針菇、秀珍菇)	茶葉蛋(雞蛋)+無糖豆漿+芭樂

3/18(二)	肉絲炒飯(白米、肉絲、高麗菜、胡蘿蔔、玉米、洋蔥)	米飯+粉蒸排骨(小排骨丁、南瓜、小黃瓜、蒸肉粉)+大黃瓜魚丸(大黃瓜、大魚丸、紅甜椒)+麵筋高麗菜(麵筋泡、高麗菜)+和風雞湯(雞腿丁、鴻喜菇、蛤蜊)+豆奶	烤芝麻饅頭(麵粉、奶油、芝麻)+小番茄
3/19(三)	肉鬆蛋吐司(吐司、雞蛋、肉鬆)	米粉+金瓜米粉(豬肉絲、南瓜、高麗菜、乾香菇)+鮮肉包+花枝丸湯(白蘿蔔、魷魚丸、去葉芹菜)+水果()	草莓厚片(厚片吐司、草莓果醬)+牛奶
3/20(四)	鍋燒意麵(意麵、白菜、雞蛋、魚板、肉絲、蛤蜊)	米飯+咖哩鯛魚(鯛魚丁、豆薯、紅蘿蔔片)+蘿蔔糕炒蛋(雞蛋、蘿蔔糕)+沙茶+榨菜肉絲湯(榨菜絲、豬肉絲)	乳酪絲麵包(麵粉、牛奶、乳酪絲)+無糖麥茶+柳丁
3/21(五)	古早味鹹粥(白米、肉絲、鹹粥、白菜、玉米)	糙米飯(白米、糙米)+筍乾扣肉(小豬肉片、筍乾)+螞蟻上樹(冬粉、高麗菜、瘦肉絞肉)+蒜香+銀芽竹筍湯(桶筍絲、生香菇、黃豆芽)+水果()	餛飩湯(麵皮、絞肉、青蔥、白菜、豆芽菜)
3/22(六)	奶酥小堡(奶酥、麵粉)	米飯+香腸蛋炒飯(原味香腸、瘦肉絞肉、高麗菜、冷凍玉米粒、剝皮洋蔥、雞蛋)+蘿蔔滷豆腐(白蘿蔔、紅蘿蔔丁、小四角油丁、海帶捲)+紅綠豆湯(紅豆、綠豆、黑糖漿)	小菠蘿(奶油、雞蛋、中筋麵粉)+芭樂
3/25(二)	碗粿(米漿、肉燥、雞蛋、香菇)	米飯+豆鼓燒雞(雞腿丁、小四角油丁、紅甜椒、豆鼓)+冬瓜燒麵輪(冬瓜、小麵輪、凍豆腐)+蒜香花椰菜(冷凍青花菜、冷凍白花菜)+絲瓜蛋花湯(雞蛋、絲瓜、瘦肉絞肉)+原味保久乳	關東煮(高麗菜卷、蘿蔔、玉米、豆腐)+小番茄
3/26(三)	小籠包(麵粉、絞肉、洋蔥、蔥)+無糖豆漿	烏龍麵+紅燒豬肉麵(豬柳、白蘿蔔、紅蘿蔔丁、剝皮洋蔥、有機白菜)+五味魷魚(發泡魷魚、紅番茄、小黃瓜)+水果()	牛奶麵包(麵粉、奶油)+牛奶
3/27(四)	什錦炒麵(油麵、胡蘿蔔、肉絲、高麗菜、香菇)	小米飯(白米、小米)+冰糖醬鴨(鴨肉丁、高麗菜、小黃瓜)+沙茶炒三絲(竹筍絲、豆干絲、海帶絲、西洋芹菜)+蒜香豆芽菜(黃豆芽、韭菜)+南瓜濃湯(南瓜、剝皮洋蔥、紅蘿蔔丁)+水果()	壽司(海苔、壽司、肉鬆、黃瓜、紅豆支)+無糖麥茶+柳丁
3/28(五)	玉米蔬菜粥(在來米、蘿蔔、油蔥酥、肉燥、白菜)	米飯+什錦炸物(勁爆香脆雞、地瓜、小黑輪)+玉米炒蛋(雞蛋、冷凍玉米粒、剝皮洋蔥)+薑絲+蘿蔔貢丸湯(白蘿蔔、貢丸)+水果()	奶油車輪餅(麵粉、奶油)
3/31(一)	蘿蔔糕湯(在來米、蘿蔔、油蔥酥、肉燥、白菜)	米飯+咖哩雞(雞腿丁、馬鈴薯、紅蘿蔔丁)+醬燒冬瓜(冬瓜、米血丁、百頁豆腐)+紅蔥+高麗菜豆皮湯(高麗菜、蒲瓜、豆菊)	紅豆饅頭(麵粉、紅豆、牛奶)+芭樂

一、本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。

二、本園一律使用國產豬、牛食材。

承辦人：

教保員柯甄閔

園主任：

教師兼附設幼兒園主任李文婷

校長：

學甲國小校長陳敏男