

新國際幼兒園 113 學年度(下) 3 月份餐點表

本園一律使用國產豬肉食材

日期/星期	早上點心	每日均含 1. 五穀根莖類 2. 奶蛋魚肉豆類 3. 蔬菜 4. 水果，四大類營養素	下午點心
3 月 3 日(一)	雞蛋粥	蝦仁蛤蜊蔬菜湯飯、水果	芋頭紫米
3 月 4 日(二)	玉米片/牛奶	紅藜麥飯、鮮菇燒雞、番茄炒高麗菜、芹菜魚丸湯	白菜蛋花湯餃
3 月 5 日(三)	銀絲卷/豆漿	糙米飯、紅蘿蔔滷肉、時令蔬菜、紫菜蛋花湯、水果	燒仙草芋圓
3 月 6 日(四)	玉米雞肉粥	紫米飯、南瓜栗子燒雞、時令蔬菜、香菇雞湯	水果
3 月 7 日(五)	肉燥冬粉	蝦仁蘿蔔絲米苔目、水果	杯子蛋糕
3 月 10 日(一)	叻仔魚粥	櫻花蝦炒飯、香菇雞湯、水果	綠豆湯
3 月 11 日(二)	玉米片/牛奶	紫米飯、三杯雞、時令蔬菜、冬瓜蛤蜊湯	檸檬水果愛玉
3 月 12 日(三)	小籠包/豆漿	糙米飯、打拋豬、時令蔬菜、紅棗枸杞雞肉湯、水果	芹菜丸子湯
3 月 13 日(四)	菠菜雞蛋粥	紅藜麥飯、瓜子肉鵪鶉蛋、時令蔬菜、冬瓜排骨湯	水果
3 月 14 日(五)	蚵仔麵線	高麗菜香菇肉羹麵、水果	紅豆大餅
3 月 17 日(一)	玉米片/牛奶	咖哩馬鈴薯雞肉燴飯、水果	牛奶燕麥
3 月 18 日(二)	白菜餛飩湯	味噌烏龍湯麵、水果	山粉圓
3 月 19 日(三)	芝麻包/豆漿	肉末豆芽菜炒飯條、南瓜蛤蜊湯、水果	紅豆湯
3 月 20 日(四)	皮蛋瘦肉粥	糙米飯、蔥燒雞丁、時令蔬菜、薑絲蚵仔湯	水果
3 月 21 日(五)	肉燥麵線	鮪魚蔬菜麵疙瘩、水果	奶酥餐包
3 月 24 日(一)	玉米片/牛奶	鮪魚蔬菜炒飯、冬瓜蛤蜊湯、水果	薏仁湯
3 月 25 日(二)	南瓜粥	紅藜麥飯、蘿蔔滷肉、高麗菜、四神湯、水果	玉米濃湯
3 月 26 日(三)	兔子包/豆漿	紫米飯、洋蔥鳳梨雞丁、蒜香菠菜、冬瓜排骨酥湯、水果	雞蛋麵線
3 月 27 日(四)	芋頭鹹粥	糙米飯、海帶結滷肉、蒜香青江菜、味噌豆腐魚湯	水果
3 月 28 日(五)	雞肉冬粉	南瓜什錦炒米粉、味噌海帶芽湯、水果	蘋果麵包
3 月 31 日(一)	玉米片/牛奶	高麗菜麻油雞丁湯飯、水果	芋頭西米露

★本園餐點視幼兒所需之營養素與熱量為前提，口味以清淡自然為主，選用健康、營養、自然的食物，且在烹調過程中少油、少鹽、不油炸，讓孩子吃的開心、吃的均衡、吃得健康。