

台中市立大肚幼兒園 115年3月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐(每餐皆有新鮮水果)	下午點心
3/1	週日			
3/2	週一	滑蛋雞肉粥	糙米飯、五香滷赤小腿、彩椒鮮菇、青菜、十全藥膳湯	肉羹湯
3/3	週二	鮮奶+草莓吐司	薏仁飯、馬鈴薯燉肉、塔香豆干、青菜、香菇雞湯	味噌拉麵
3/4	週三	鮮奶+玉米脆片	燕麥飯、毛豆雞柳、麻婆豆腐、青菜、結頭菜大骨湯	慶生會蛋糕+麥茶
3/5	週四	南瓜濃湯	小米飯、糖醋魚柳、開陽三彩、青菜、酸菜白肉湯	麻油蛋麵線
3/6	週五	豆漿+鹹蛋糕	古早味米粉、粉蒸肉排、青菜、香菇貢丸湯	檸檬愛玉
3/7	週六			
3/8	週日			
3/9	週一	餛飩湯	糙米飯、炸肉排、鮮蔬炒豆皮、青菜、冬瓜蛤蜊湯	肉燥芋頭糕湯
3/10	週二	米漿+紅豆包	紅藜飯、南瓜蒸軟排、蝦仁毛豆炒蛋、青菜、枸杞牛蒡排骨湯	南投意麵
3/11	週三	莧菜魚片粥	紫米飯、洋芋雞丁、蒜香吻魚、青菜、蘿蔔排骨湯	綠豆地瓜湯
3/12	週四	葡萄乾麥片+鮮奶	白飯、梅干扣肉、洋蔥炒蛋、青菜、金針肉絲湯	麵疙瘩湯
3/13	週五	鮮奶+筍包	土魷魚羹麵、滷味雙拼、地瓜葉	布丁
3/14	週六			
3/15	週日			
3/16	週一	豆漿+珍珠丸子	白飯、栗子燒雞、銀芽炒豆包、青菜、玉米香菇排骨湯	米苔目鹹湯
3/17	週二	鮮奶+葡萄乾吐司	紅藜飯、魚片豆腐煲、螞蟻上樹、青菜、福菜肉片湯	皮蛋瘦肉粥
3/18	週三	米漿+黑糖饅頭	麥片飯、節瓜炒雞丁、玉米筍燴什錦、青菜、蘿蔔排骨湯	鮮菇紅棗燉米血
3/19	週四	台式鹹粥	胚芽米飯、鮮蔬炒肉片、吻魚炒蛋、青菜、當歸排骨湯	珍珠豆花
3/20	週五	鮮奶+水煎包	咖哩洋芋雞肉飯、雞塊、青花椰、海帶味噌豆腐湯	鍋燒意麵
3/21	週六			
3/22	週日			
3/23	週一	麵線蛋花湯	什錦燴飯、肉鬆涼拌豆腐、青菜、榨菜肉絲湯	關東煮
3/24	週二	胚芽吐司+低糖豆漿	糙米飯、醬燒洋蔥豬柳、玉米炒蛋、青菜、四神薏仁湯	菠菜肉絲粥
3/25	週三	鮮奶+條文饅頭	五穀飯、蒸魚豆腐、三杯麵腸、青菜、芹香魚丸湯	燒仙草
3/26	週四	燒賣+蛋花湯	薏仁飯、芋頭燉肉、蛤仔蒸蛋、青菜、百菇藥膳湯	吻魚豆腐羹湯
3/27	週五	鮮奶+芋角饅頭	白米飯、宮保雞丁、金沙雙拼、青菜、紫菜蛋花湯	水餃湯
3/28	週六			
3/29	週日			
3/30	週一	紅藜瘦肉粥	白飯、古早味肉燥、紅蘿蔔炒蛋、青菜、青木瓜排骨湯	養生菌菇湯
3/31	週二	鮮奶+肉包	小米飯、蒜香雞肉煲、白菜滷、青菜、馬鈴薯排骨湯	蛋汁雞絲麵

※本園餐點食材一律使用國產豬肉（本園無使用牛肉食材）

※本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、含麩質之穀物及其上述所列製品，不適合對其過敏者使用。**幼兒如有過敏 家長請事先告知**

※幼兒每日餐點一併更新在【校園食材登陸平台】<https://reurl.cc/8D1MDy>