

臺北市信義區吳興國民小學附設幼兒園 113 年 3 月 營養餐點表

日期	星期	上 午 點 心	午 餐	內 容	下 午 點 心
3/1	五	雞 絲 麵	糙米白飯、瓜仔肉、芹菜炒豆干、季節時蔬、蘿蔔排骨湯		西點麵包、優酪乳
3/4	一	鮮乳、玉米脆片	糙米白飯、鮮菇燒雞、肉末蒸蛋、季節時蔬、蕃茄黃豆芽湯		黑 糖 地 瓜 湯
3/5	二	蛋 餅、燕麥奶	糙米白飯、三杯雞、蔥花蛋、季節時蔬、山藥排骨枸杞湯		絲 瓜 米 苔 目
3/6	三	生日蛋糕、豆漿	義 大 利 麵、炒 綠 花 椰 菜、玉 米 蛋 花 湯		玉 米
3/7	四	青 菜 餛 飩 湯	糙米白飯、滷棒腿、炒三鮮、季節時蔬、莧菜銀魚湯		台 南 擔 仔 麵
3/8	五	蘿 蔔 糕 湯	水 餃、滷 蛋、豆 乾、酸 辣 湯		西點麵包、鮮奶
3/11	一	鮮乳、水果穀片	糙米白飯、蔥爆豬柳、蘆筍蝦仁、季節時蔬、紫菜蛋花湯		油 豆 腐 細 粉
3/12	二	南 瓜 濃 湯	糙米白飯、銀芽木耳炒肉片、芙蓉豆腐、季節時蔬、金針肉絲湯		仙 草 米 苔 目
3/13	三	香 菇 雞 湯	咖 哩 飯、季 節 時 蔬、鮭 魚 味 噌 豆 腐 湯		黑糖小饅頭、燕麥飲
3/14	四	海 鮮 粥	糙米白飯、三杯杏鮑菇雞、蝦仁烘蛋、季節時蔬、三鮮湯		羅 宋 湯
3/15	五	榨 菜 肉 絲 麵	糙米白飯、蘿蔔馬鈴薯燒肉、家常豆腐、季節時蔬、大黃瓜湯		西點麵包、鮮奶
3/18	一	鮮乳、玉米脆片	糙米白飯、南瓜燒肉、炒三色、季節時蔬、蘿蔔湯		絲 瓜 米 苔 目
3/19	二	青 菜 雲 吞 湯	糙米白飯、滷雞腿、紅燒豆腐、季節時蔬、番茄蛋花湯		紅 豆 湯
3/20	三	奶 皇 包、豆漿	海 鮮 燴 飯、季 節 時 蔬、莧 菜 銀 魚 湯		義 美 布 丁
3/21	四	菠 菜 鮪 魚 粥	糙米白飯、腰果燒雞、蕃茄炒蛋、季節時蔬、百菇湯		蔬 菜 蘿 蔔 小 排 湯
3/22	五	莧 菜 小 魚 湯	糙米白飯、茄汁燴鯛魚、肉絲炒海帶絲、季節時蔬、冬瓜湯		西點麵包、優酪乳
3/25	一	鮮乳、水果穀片	糙米白飯、洋芋燴雞、櫛瓜燴雙菇、季節時蔬、紫菜蛋花湯		芋 頭 米 粉 湯
3/26	二	黑糖小饅頭、燕麥飲	糙米白飯、味噌雞肉炒彩椒、紅蘿蔔炒蛋、季節時蔬、筍片排骨湯		綠 豆 薏 仁 湯
3/27	三	肉 羹 板 條 鍋 貼	、 酸 辣 湯		銀 絲 卷、優 酪 乳
3/28	四	玉 米 濃 湯	糙米白飯、栗子燒肉、銀魚蒸蛋、季節時蔬、大黃瓜湯		豆 腐 味 噌 湯
3/29	五	皮 蛋 瘦 肉 粥	糙米白飯、煎鮭魚、蝦仁豆腐煲、季節時蔬、什錦菇湯		西點麵包、鮮乳

*因應特殊情況或課程需求，園方得視情況做菜單上的調整，不便之處，敬請見諒。

*每天午餐均附時令水果一份，以上餐點寶寶若有不適合，請儘早通知老師。*飲品均提供無糖或低糖的飲品。

*本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。

餐點組：

園主任：

校長：

幼兒園教 謝瓊美

教師兼 黃懿貞
幼兒園主任

台北市信義區 吳興國民小學
陳靜宜

