

# 臺北市立南港幼兒園113年3月餐點表

日期	星期	上午點心	主食	主菜	湯	水果	下午點心
3/1	五	肉燥蔬菜拉麵		肉絲蝦仁炒飯, 雙色花椰	芹香蘿蔔湯	茂谷柑	鮮奶, 蔓越莓吐司
3/4	一	茶油麵線	有機糙米飯	蕃茄炒蛋, 麻油炒鮮菇, 青江菜	海帶芽蔬菜湯	柳丁	豆漿, 起司饅頭
3/5	二	鮮奶, 肉包	地瓜飯	馬鈴薯洋蔥燉肉, 有機蔬菜	牛蒡排骨湯	蘋果	油豆腐陽春麵
3/6	三	香菇蘿蔔糕	有機糙米飯	九層塔炒雞肉, 肉絲芥藍菜, 豆芽菜	鮮魚豆腐湯	芭樂	紫米紅豆湯
3/7	四	雞絲麵	有機糙米飯	樹子蒸魚, 蝦仁小白筍, 綠花椰	香菇雞湯	香蕉	鮮奶, 香蔥餐包
3/8	五	魚片粥		豬肉高麗菜水餃, 綜合滷味(豆干/蘿蔔), 地瓜葉	木耳筍絲蛋花湯	木瓜	蒸地瓜
3/11	一	麻油麵線	有機糙米飯	玉米炒蛋, 蔥燒豆腐, 香菇娃娃菜	南瓜濃湯	奇異果	豆漿, 紅糖饅頭
3/12	二	高麗菜湯餃	地瓜飯	蠔油里肌肉, 有機蔬菜	玉米排骨湯	蘋果	肉燥意麵
3/13	三	鮮奶, 奶黃包	有機糙米飯	香滷雞腿豆干, 蝦仁甜豆, 菠菜	莧菜小魚湯	蓮霧	綠豆薏仁湯
3/14	四	麵疙瘩	有機糙米飯	香煎鮭魚, 肉末茄子, 高麗菜	山藥雞湯	香蕉	鮮奶, 起士漢堡
3/15	五	雞肉粥		香菇肉絲炒麵, 豆干櫛瓜	雙色蘿蔔湯	芭樂	水煮甜玉米
3/18	一	蒲瓜麵線	有機糙米飯	紅燒豆皮, 玉米筍炒蛋, 高麗菜	味噌菇湯	紅龍果	豆漿, 芋頭饅頭
3/19	二	南瓜肉末粥	地瓜飯	絞肉香菇蒸蛋, 有機蔬菜	菜心排骨湯	蘋果	板條湯
3/20	三	鮮奶, 芝麻包	有機糙米飯	腰果雞腿丁, 干貝空心菜, 花椰菜	薑絲魚湯	蓮霧	山藥地瓜湯
3/21	四	什錦米苔目湯	有機糙米飯	紅燒鮮魚, 肉絲四季豆, 大白菜	蓮子雞湯	香蕉	鮮奶, 葡萄吐司
3/22	五	干貝粥		蝦仁蛋炒飯, 絞肉娃娃菜	皇帝豆排骨湯	木瓜	優酪乳, 紅豆餐包
3/25	一	絲瓜麵線	有機糙米飯	薑絲蒸南瓜, 玉米炒毛豆, 小松菜	紫菜蛋花湯	柳丁	豆漿, 雜糧饅頭
3/26	二	鮮奶, 原味餐包	地瓜飯	紅燒洋蔥蘑菇豬排, 有機蔬菜	結頭菜排骨湯	紅龍果	芋頭米粉湯
3/27	三	山藥肉末粥	有機糙米飯	醬燒雞肉, 蔥炒黃瓜, 綠豆芽	味噌魚湯	蓮霧	綠豆仁西谷米
3/28	四	陽春麵	有機糙米飯	糖醋魚片, 肉絲炒茭白筍, 青江菜	刈菜雞湯	香蕉	鮮奶, 核桃餐包
3/29	五	蔬菜肉絲粥		什錦肉絲炒河粉, 雙色花椰菜	玉米蘑菇濃湯	木瓜	蒸地瓜

備註

1. 本園一律使用國產豬、牛肉食材，使用有機米及每週提供一次有機蔬菜
2. 提供餐點為少鹽、少油、少糖
3. 遇臨時偶發事件無法供應原餐點時，餐點將視情況調整，不另行通知，敬請見諒

