

新北市板橋區江翠國民小學附設幼兒園 113 學年度第二學期 3 月餐點表

日期	星期	早點	午餐						下午點心	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	水果		全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬菜類	水果類
3/3	一	麵包+優酪乳	白米飯	蒼蠅頭	胡蘿蔔炒蛋	有機青菜	薑絲鮮魚湯	水果	水果大餐	V	V	V	V
3/4	二	高麗菜包	地瓜飯	香煎鮭魚	豆皮白菜滷	有機青菜	雙色蘿蔔湯	水果	油豆腐粗米粉湯	V	V	V	V
3/5	三	白花椰肉絲粥	沙茶高麗菜牛肉燴飯			有機青菜	竹輪蛋花湯	水果	綠豆薏仁湯	V	V	V	V
3/6	四	雞蛋小饅頭+豆漿	紫米飯	紅燒豬肉	蛋黃芋頭丸	有機青菜	蒜頭香菇雞湯	水果	蒸肉圓	V	V	V	V
3/7	五	滑蛋雞絲麵	胚芽飯	馬鈴薯燉雞	蒜煸四季豆	有機青菜	豬血湯	水果	餐包	V	V	V	V
3/10	一	吐司+薏仁米漿	白米飯	薑汁燒肉	塔香海茸	有機青菜	味噌海帶芽湯	水果	水果+優格	V	V	V	V
3/11	二	小鮮肉包	地瓜飯	香酥土魷魚塊	三杯杏胞菇	有機青菜	四神湯	水果	時蔬冬粉湯	V	V	V	V
3/12	三	皮蛋瘦肉粥	筍乾滷肉飯			有機青菜	大黃瓜魚丸湯	水果	冬瓜檸檬愛玉	V	V	V	V
3/13	四	鮮奶麥片	糙米飯	黃燜雞	洋蔥炒蛋	有機青菜	菱角排骨湯	水果	水煮玉米	V	V	V	V
3/14	五	榨菜肉絲麵	小米飯	南瓜滷肉	豆干炒魚干	有機青菜	番茄豆腐湯	水果	雞蛋牛奶捲	V	V	V	V
3/17	一	麵包+優酪乳	白米飯	彩椒炒里肌	紅燒豆腐	有機青菜	枸杞雞湯	水果	四角薯餅	V	V	V	V
3/18	二	玉米濃湯餃	地瓜飯	豆豉蒸魚	蝦米炒瓠瓜	有機青菜	山藥排骨湯	水果	紅豆小湯圓	V	V	V	V
3/19	三	海帶吻仔魚粥	什錦炒飯條			有機青菜	鳳梨苦瓜雞湯	水果	滷大豆干	V	V	V	V
3/20	四	珍珠丸+燕麥奶	紫米飯	滷小雞腿	塔香茄子	有機青菜	綜合鮮菇湯	水果	蒸芋頭糕	V	V	V	V
3/21	五	味噌拉麵	胚芽飯	紅燒獅子頭	芹菜炒花枝	有機青菜	小白菜蛋花湯	水果	熊貓包(芝麻)	V	V	V	V
3/24	一	吐司+鮮奶	白米飯	打拋豬	魚板蒸蛋	有機青菜	瓜仔雞湯	水果	水果大餐	V	V	V	V
3/25	二	水煎包	地瓜飯	蔥燒魚塊	玉米筍金針菇	有機青菜	金針排骨湯	水果	茶葉蛋	V	V	V	V
3/26	三	菜豆鹹粥	滑蛋雞肉燴飯			有機青菜	玉米海帶結湯	水果	糖水豆花	V	V	V	V
3/27	四	銀絲卷+紫米漿	糙米飯	糖醋豬肉塊	番茄炒蛋	有機青菜	冬瓜蛤蜊湯	水果	炒麵	V	V	V	V
3/28	五	餛飩麵	小米飯	三杯雞	肉末馬鈴薯	有機青菜	酸辣湯	水果	餐包	V	V	V	V
3/31	一	麵包+優酪乳	白米飯	紅燒小排骨	薑絲絲瓜	有機青菜	鮎魚羹湯	水果	蛋餅	V	V	V	V

※ 一律使用國產肉品，由純美農產有限公司採買，不使用輻射汙染食品。 ※ 麵包品項配合廠商供應彈性調整，儘量以低油、糖、鹽為原則。

承辦人：吳承容

廚工：朱真儀 簡淑華

園主任：

幼兒園教保員
兼主任楊琳琪