

| 日期   | 星期 | 早點      | 午餐     |       |       |      |       |    | 午點      | 餐點類別檢核 |       |     |     |
|------|----|---------|--------|-------|-------|------|-------|----|---------|--------|-------|-----|-----|
|      |    |         | 主食     | 主菜    | 副菜一   | 副菜二  | 湯品    | 水果 |         | 全穀根莖類  | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 3/1  | 五  | 關東煮     | 紫米飯    | 豆包炒肉絲 | 炒黃瓜三絲 | 有機青菜 | 竹筍湯   | 水果 | 椰香西米露   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/4  | 一  | 麵包+豆漿   | 麥片米飯   | 古早味滷肉 | 蔥花蛋   | 有機青菜 | 脆瓜雞湯  | 水果 | 豬肉餡餅    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/5  | 二  | 京醬肉絲湯麵  | 雜糧米飯   | 彩椒雞丁  | 洋芋炒三色 | 有機青菜 | 蔬菜湯   | 水果 | 三色饅頭    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/6  | 三  | 草菇蔬菜粥   | 茄汁義大利麵 |       |       | 有機青菜 | 玉米湯   | 水果 | 茶葉蛋     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/7  | 四  | 日式烏龍麵   | 糙米飯    | 紅燒魚丁  | 開陽瓠瓜  | 有機青菜 | 雙色蘿蔔湯 | 水果 | 海帶芽湯    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/8  | 五  | 番茄麵疙瘩   | 胚芽米飯   | 三杯雞   | 玉米筍炒菇 | 有機青菜 | 味噌湯   | 水果 | 巧達濃湯    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/11 | 一  | 麵包+黑豆漿  | 薏仁米飯   | 洋蔥絞肉  | 炒甜不辣  | 有機青菜 | 香菇雞湯  | 水果 | 香滷豆干    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/12 | 二  | 油豆腐粗米粉湯 | 紅藜米飯   | 栗子雞丁  | 醬燒豆腐  | 有機青菜 | 鮮魚丸湯  | 水果 | 水煮毛豆    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/13 | 三  | 蒸鍋貼     | 日式咖哩飯  |       |       | 有機青菜 | 鮮菇湯   | 水果 | 餐包      | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/14 | 四  | 廣東粥     | 蕎麥米飯   | 土魷魚塊  | 紅蘿蔔炒蛋 | 有機青菜 | 南瓜濃湯  | 水果 | 大菜包     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/15 | 五  | 木耳炒粉絲   | 小米飯    | 紅燒雞   | 雙色花椰菜 | 有機青菜 | 蔬菜湯   | 水果 | 蔥抓餅     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/18 | 一  | 麵包+米漿   | 薏仁米飯   | 洋蔥肉絲  | 番茄腰花  | 有機青菜 | 枸杞雞湯  | 水果 | 三色饅頭    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/19 | 二  | 蘑菇麵     | 紅藜米飯   | 紅蘿蔔燉肉 | 炒木耳   | 有機青菜 | 黃瓜魚丸湯 | 水果 | 椰香西米露   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/20 | 三  | 什錦雞茸粥   | 什錦肉絲炒麵 |       |       | 有機青菜 | 海帶結湯  | 水果 | 關東煮     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/21 | 四  | 鮮蔬麵疙瘩   | 燕麥米飯   | 蒼蠅頭   | 黃瓜雙味  | 有機青菜 | 香菇肉羹湯 | 水果 | 紅豆湯     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/22 | 五  | 香菇麵線羹   | 蕎麥米飯   | 油蔥雞   | 番茄炒蛋  | 有機青菜 | 玉米排骨湯 | 水果 | 紫菜貢丸湯   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/25 | 一  | 麵包+薏仁漿  | 麥片米飯   | 肉末雙丁  | 綜合滷味  | 有機青菜 | 冬瓜湯   | 水果 | 餛飩湯     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/26 | 二  | 大滷麵     | 雜糧米飯   | 腰果雞丁  | 小黃瓜炒蛋 | 有機青菜 | 紫菜蛋花湯 | 水果 | 大肉包     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/27 | 三  | 菠菜豬肉粥   | 水餃     |       |       | 有機青菜 | 酸辣湯   | 水果 | 塔香雞絲河粉湯 | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/28 | 四  | 蔬菜米粉湯   | 糙米飯    | 三杯雞   | 鮮海根   | 有機青菜 | 黃瓜魚丸湯 | 水果 | 地瓜薯條    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 3/29 | 五  | 蒸蘿蔔糕    | 紫米飯    | 肉燥滷蛋  | 千絲雙干  | 有機青菜 | 番茄豆腐湯 | 水果 | 水煮玉米    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |

\*本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉,純美農產有限公司採買,並未使用輻射汙染食品。

承辦人: 同元歆

廚工:

陳復玲 朱真儀

園主任:

幼兒園 陳亞昕 教師兼主任

校長:

校長周麗櫻