**** **曉星幼兒園三月份營養餐點表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | **113.3.1-3.31** | 餐點類別檢核 |
| 上午點心 | 午餐 | 下午點心 | 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 五 | 豆漿、水果 | 炸醬麵、時令青菜、白菜大骨湯 | 牛奶、玉米片 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 4 | 一 | 豆漿、水果 | 糙米飯、洋蔥滷肉、芹香豆干、時令青菜、紫菜蛋花湯 | 小湯圓 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 5 | 二 | 鮮奶、水果 | 五穀飯、三杯雞、紅燒豆腐、時令青菜、大黃瓜大骨湯 | 豆漿、吐司 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 6 | 三 | 鮮奶、水果 | 肉絲炒麵、時令青菜、菜頭排骨酥湯、 | 鹹粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 7 | 四 | 豆漿、水果 | 糙米飯、洋芋燒肉、時令青菜、味噌湯 | 牛奶、蘇打餅乾 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 8 | 五 | 豆漿、水果 | 咖哩雞肉飯、時令青菜、蕃茄豆腐湯 | 牛奶、玉米片 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 11 | 一 | 豆漿、水果 | 滷肉飯、紅燒油豆腐、時令青菜、海帶芽湯 | 銀魚粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 12 | 二 | 鮮奶、水果 | 糙米飯、磨菇肉片、時令青菜、蒜香海根、味噌湯 | 豆漿、吐司 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 13 | 三 | 鮮奶、水果 | 肉燥飯、時令青菜、玉米排骨湯 | 冬粉湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 14 | 四 | 豆漿、水果 | 糙米飯、橙汁肉片、洋蔥炒蛋、時令青菜、蔬菜湯 | 草莓吐司、豆漿 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 15 | 五 | 豆漿、水果 | 蕃茄蛋炒飯、時令青菜、玉米湯 | 牛奶、玉米片 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 18 | 一 | 豆漿、水果 | 五穀飯、瓜仔肉、滷豆乾、時令青菜、海帶結排骨湯 | 廣東粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 19 | 二 | 鮮奶、水果 | 糙米飯、洋芋滷肉、香蒜素雞、時令青菜、榨菜肉絲湯 | 蘇打餅乾、冬瓜茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 20 | 三 | 鮮奶、水果 | 義大利肉醬麵、玉米濃湯 | 小饅頭、麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 21 | 四 | 豆漿、水果 | 糙米飯、紅燒肉、滷油豆腐、時令青菜、羅宋湯 | 冬粉湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 22 | 五 | 豆漿、水果 | 蕃茄雞肉燴飯、時令青菜、白菜大骨湯 | 玉米片、牛奶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 25 | 一 | 豆漿、水果 | 滷肉飯、香蒜素雞、時令青菜、素食番茄紅燒湯 | 蔬菜粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 26 | 二 | 鮮奶、水果 | 五穀飯、照燒雞肉、開陽白菜、蒜香海帶根、海帶芽味噌湯 | 雞絲蛋麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 27 | 三 | 鮮奶、水果 | 咖哩雞肉飯、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果 | 紅豆湯圓 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 28 | 四 | 豆漿、水果 | 炒鮮蔬肉燥冬粉、時令青菜、羅宋湯 | 味噌豆腐湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 29 | 五 | 豆漿、水果 | 大滷麵、時令青菜、蕃茄蛋花湯 | 玉米片、牛奶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

★如遇特殊狀況，餐點會進行調整，本園不另行通知。

★本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，向芬芳食品供應商採買。