

## 財團法人天主教會台北教區附設新北市私立恆毅幼兒園

## 三月份營養餐點表 113.3.1-113.3.31

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	五	肉羹麵	五穀飯、紅燒肉、乾煸四季豆、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	黑糖粉條絲	✓	✓	✓	✓
4	一	芋頭米粉	五穀飯、宮保魚片、蒸蛋、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	紅豆芋圓湯	✓	✓	✓	✓
5	二	皮蛋瘦肉粥	三杯雞、紅燒豆腐、大黃瓜大骨湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
6	三	奶油餐包、豆漿	肉絲炒麵、時令青菜、菜頭排骨酥湯、季節水果	鹹粥	✓	✓	✓	✓
7	四	肉燥河粉	洋芋燒肉、九層塔蛋、時令青菜、蓮藕湯、季節水果	南瓜濃湯	✓	✓	✓	✓
8	五	肉絲湯麵	五穀飯、木耳肉絲、黃瓜炒蛋、時令青菜、蘿蔔貢丸湯、季節水果	蛋糕、麥茶	✓	✓	✓	✓
11	一	大滷麵	地瓜有機飯、糖醋魚塊、洋蔥炒蛋、時令青菜、莧菜吻仔魚湯、季節水果	榨菜肉絲麵	✓	✓	✓	✓
12	二	清粥小菜	磨菇肉片、蒜香海帶絲、時令青菜、銀魚味噌湯、季節水果	雙色湯圓	✓	✓	✓	✓
13	三	饅頭、米漿	肉燥飯、炒麵輪、時令青菜、玉米排骨湯、季節水果	芋香西米露	✓	✓	✓	✓
14	四	糙米排骨粥	橙汁肉片、洋蔥炒蛋、時令青菜、蔬菜湯、季節水果	什錦烏龍麵	✓	✓	✓	✓
15	五	雞絲蛋麵	五穀飯、滷小雞腿、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、餛飩湯、季節水果	叛條湯	✓	✓	✓	✓
18	一	米粉湯	五穀飯、粉蒸排骨、菇燒烤麩、時令青菜、海帶結排骨湯、季節水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
19	二	玉兔包、麥茶	味噌鮭魚、玉米炒蛋、時令青菜、三絲湯、季節水果	廣東粥	✓	✓	✓	✓
20	三	冬粉湯	義大利肉醬麵、玉米濃湯、季節水果	芋泥包、黑豆茶	✓	✓	✓	✓
21	四	地瓜粥	糖醋排骨、芝麻四季豆、時令青菜、羅宋湯、季節水果	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
22	五	蛋餅、豆漿	五穀飯、冬瓜滷肉、炒麵腸、時令青菜、玉米蘿蔔大骨湯、季節水果	米苔目芋圓湯	✓	✓	✓	✓
25	一	雞茸玉米粥	五穀飯、蒲燒鯛魚、玉米馬鈴薯炒蛋、時令青菜、素食番茄紅燒湯、季節水果	魚板烏龍麵	✓	✓	✓	✓
26	二	米粉湯	照燒雞腿、開陽白菜、時令青菜、海帶芽味噌湯、季節水果	雞絲蛋麵	✓	✓	✓	✓
27	三	海鮮麵	咖哩雞肉飯、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	紅豆湯圓	✓	✓	✓	✓
28	四	地瓜粥	糖醋排骨、芝麻四季豆、時令青菜、羅宋湯、季節水果	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
29	五	紅豆吐司、牛奶	五穀飯、冬瓜滷肉、炒麵腸、時令青菜、玉米蘿蔔大骨湯、季節水果	米苔目芋圓湯	✓	✓	✓	✓

★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。