

財團法人天主教會台北教區附設_恆毅幼兒園

3月份營養餐點表 115.3.1-115.3.31

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	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
2	一	肉羹麵	什錦炒飯、時令青菜、紫菜蛋花湯、水果	玉米脆片、牛奶	✓	✓	✓	✓
3	二	什錦冬粉	宮保魚片、蒸蛋、時令青菜、大頭菜排骨湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
4	三	皮蛋瘦肉粥	三杯雞、紅燒豆腐、時令青菜、大黃瓜大骨湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
5	四	餐包、豆漿	肉絲炒麵、時令青菜、雙色蘿蔔湯、水果	鹹粥	✓	✓	✓	✓
6	五	肉燥河粉	洋芋燒肉、九層塔蛋、時令青菜、蓮藕湯、季節水果	黑糖小饅頭	✓	✓	✓	✓
9	一	肉絲湯麵	雞肉燴飯、時令青菜、蘿蔔貢丸湯、季節水果	玉米濃湯	✓	✓	✓	✓
10	二	大滷麵	香菇肉燥、洋蔥炒蛋、時令青菜、茼蒿菜吻仔魚湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
11	三	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	✓	✓	✓	✓
12	四	饅頭、米漿	雞肉咖哩飯、時令青菜、玉米排骨湯、季節水果	芋香西米露	✓	✓	✓	✓
13	五	糙米排骨粥	橙汁肉片、蒸蛋、時令青菜、蔬菜湯、季節水果	什錦烏龍麵	✓	✓	✓	✓
16	一	板條湯	肉燥飯、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	雞絲蛋麵	✓	✓	✓	✓
17	二	玉米脆片、牛奶	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	✓	✓	✓	✓
18	三	吐司、麥茶	水餃、時令青菜、三絲湯、季節水果	廣東粥	✓	✓	✓	✓
19	四	冬粉湯	義大利肉醬麵、玉米濃湯、季節水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
20	五	地瓜粥	瓜仔肉、芝麻四季豆、時令青菜、羅宋湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
23	一	小饅頭、豆漿	紅燒肉燥、炒麵腸、時令青菜、蘿蔔大骨湯、季節水果	蔬菜麵線	✓	✓	✓	✓
24	二	雞茸玉米粥	什錦炒飯、時令青菜、羅宋湯、季節水果	魚板烏龍麵	✓	✓	✓	✓
25	三	玉米脆片、牛奶	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	✓	✓	✓	✓
26	四	海鮮麵	咖哩雞肉飯、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	雙色湯圓	✓	✓	✓	✓
27	五	地瓜粥	糖醋排骨、蒸蛋、時令青菜、羅宋湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
30	一	餐包、牛奶	冬瓜滷肉、炒麵腸、時令青菜、蘿蔔大骨湯、季節水果	什錦粥	✓	✓	✓	✓
31	二	味噌拉麵	洋蔥燒雞、菜脯蛋、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	饅頭、牛奶	✓	✓	✓	✓

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

★每日提供十穀飯或白米飯。

★本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

★本園一律使用國產豬。

