

# 安康幼兒園113年3月份餐點計劃表

週別	日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心	
第一週	2/26	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)水餃、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露	
	2/27	週二	(1)綠豆湯	(1,2,3)蘿蔔豬肉粥、(4)附餐水果	(1,2)地瓜西米露	
	2/28	週三	228和平紀念日補休			
	2/29	週四	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	(1)小米粥	
	3/1	週五	(4)水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)紅豆湯	
第二週	3/4	週一	(1)牛奶燕麥粥	(1,2,3)什錦味增麵、(4)附餐水果	(1,2)紅豆西米露	
	3/5	週二	(1,2)綠豆西米露	(1,2,3)蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦冬粉湯	
	3/6	週三	(4)水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1,2)肉包、(2)豆漿	
	3/7	週四	(1)燕麥薏仁粥	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)蘿蔔湯、(4)附餐水果	(1,2)紅豆西米露	
	3/8	週五	(4)水果	(1,2,3)榨菜肉絲麵、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1,2)玉米粥	
第三週	3/11	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1)綠豆紫米粥	
	3/12	週二	(1)牛奶玉米脆片	(1,2,3)日式拉麵、(4)附餐水果	(1)地瓜QQ湯	
	3/13	週三	(4)水果	(1,2,3)咖哩雞肉飯、(3)海帶湯、(4)附餐水果	(1)吐司、豆漿	
	3/14	週四	(1)牛奶燕麥粥	(1,2,3)蒜香義大利麵、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦米粉湯	
	3/15	週五	(4)水果	(1,2,3)什錦麵、(4)附餐水果	(1)小米粥	
第四週	3/18	週一	(1,2)綠豆西米露	(1,2,3)日式拉麵(肉片、青菜、海帶)、(4)附餐水果	(1,2,3)廣東粥	
	3/19	週二	(1)薏仁湯	(1,2,3)奶油蒜香義大利麵、(3)金針湯、(4)附餐水果	(3)銀耳枸杞湯	
	3/20	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(2,3)紅蘿蔔炒蛋、(3)青菜、(3)蘿蔔湯、(4)附餐水果	(1,3)菜包、豆漿	
	3/21	週四	(1)牛奶燕麥粥	(1,2,3)鮮肉絲瓜粥、(4)附餐水果	(1,2)綠豆西米露	
	3/22	週五	(4)水果	(1,2,3)什錦紅燒麵、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1)紅豆QQ湯	
第五週	3/25	週一	(1)牛奶玉米脆片	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1,3)蔬菜粥	
	3/26	週二	(1)綠豆湯	(1,2,3)蘿蔔豬肉粥、(4)附餐水果	(1,2)地瓜西米露	
	3/27	週三	(4)水果	(1,2)咖哩雞肉飯、(3)海帶湯、(4)附餐水果	(1)吐司、豆漿	
	3/28	週四	(1)牛奶燕麥粥	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	(1)小米粥	
	3/29	週五	(4)水果	(1,2,3)什錦香菇肉粥、(4)附餐水果	(1,2)綠豆西米露	

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)

2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及 4. 水果類等四大類食物。

3. 本園一律使用國產豬肉食材