

安康幼兒園114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	3/3	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)蒜香義大利麵、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露
	3/4	週二	(1)綠豆湯	(1,2,3)蘿蔔豬肉粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦日式烏龍麵
	3/5	週三	(4)水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)芋頭包、豆漿
	3/6	週四	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
	3/7	週五	(1)薏仁湯	(1,2,3)玉米芙蓉粥、(4)附餐水果	(1)紅豆湯
第二週	3/10	週一	(1)牛奶燕麥粥	(1,2,3)什錦味增麵、(4)附餐水果	(1,2)紅豆紫米粥
	3/11	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
	3/12	週三	(1)地瓜湯	(1,2,3)咖哩肉絲炒麵、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1,2)肉包、(2)豆漿
	3/13	週四	(1,2,3)絲瓜麵線湯	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)蘿蔔湯、(4)附餐水果	(1,2)紅豆西米露
	3/14	週五	(1)薏仁燕麥粥	(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	3/17	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
	3/18	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
	3/19	週三	(1,2,3)什錦冬粉湯	(1,2,3)咖哩雞肉飯、(3)海帶湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	3/20	週四	(1)牛奶燕麥粥	(1,2,3)鮮菇絲瓜粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦米粉湯
	3/21	週五	(1)小米粥	(1,2,3)什錦麵、(4)附餐水果	(1)紅豆湯
第四週	3/24	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
	3/25	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	(1,2)玉米濃湯
	3/26	週三	(1)小米粥	(1,2,3)什錦白菜燴飯、(4)附餐水果	(1,3)菜包、豆漿
	3/27	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
	3/28	週五	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)什錦紅燒麵、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓
第五週	3/31	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
	4/1	週二	(1)地瓜綠豆湯	(1,2,3)蘿蔔豬肉粥、(4)附餐水果	(1,2,3)什錦冬粉湯
	4/2	週三	(4)水果	(1,2)咖哩雞肉飯、(3)海帶湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	4/3	週四	(1)牛奶燕麥粥	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
	4/4	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

4. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏，以利個別調整餐點。