**臺南市私立凱迪斯幼兒園一一二學年度第二學期三月份餐點表**

| 日期 | 星期 | 上午點心  (詳列主要食材) | 午 餐  (詳列主要食材) | 水果  (詳列名稱) | 下午點心  (詳列主要食材) | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 五 | 絲瓜滑蛋粥 | 蘋果咖哩雞丁飯(雞胸肉、洋蔥、馬鈴薯、胡蘿蔔、蘋果、鳳梨等)、紫菜蛋花湯 | 火龍果 | 仙草蜜 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 4 | 一 | 麻油蛋麵線 | 夏威夷蛋炒飯(鳳梨、蛋、火腿、青江菜)、不酸不辣湯(木耳、胡蘿蔔、豆腐、筍絲) | 木瓜 | 綠豆粉角 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 5 | 二 | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋、肉絲、玉米) | 白飯、滷味(海帶、豆干、麵輪)、燙地瓜葉、冬瓜排骨湯 | 香蕉 | 紅豆薏仁 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 6 | 三 | 小米粥  蔥花蛋 | 客家炒粄條(肉絲、高麗菜、胡蘿蔔、木耳、香菇)、薑絲蛤蠣湯 | 蘋果 | 黑糖粉圓 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 7 | 四 | 豆腐粉絲煲  (油豆腐、冬粉、高麗菜) | 雙麥胚芽飯、蒜香菠菜、竹筍炒肉絲、芹香魚丸湯 | 芭樂 | 紅棗銀耳 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 8 | 五 | 香菇玉米粥  (香菇、玉米、肉絲、蛋) | 滑蛋豬肉燴飯(豬肉片、香菇、蛋)、蒜炒四季豆、玉米濃湯(玉米、胡蘿蔔) | 橘子 | 當歸麵線 (當歸包、枸杞、麵線) | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 11 | 一 | 小饅頭  麥茶 | 香菇肉燥飯(肉燥、香菇)、清炒芥藍菜、四神湯(排骨、淮山、薏仁、蓮子、茯苓) | 木瓜 | 山粉圓 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 12 | 二 | 昆布  高麗菜粥 | 壽司DIY(海苔、小黃瓜、胡蘿蔔、蛋、鮪魚)、海帶芽味噌豆腐湯 | 番茄 | 紅豆紫米 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 13 | 三 | 雞蓉  玉米粥 | 鍋燒意麵(肉絲、火鍋料、小白菜、高麗菜、蛤蜊、  金針菇等) | 香蕉 | 椰香西米露 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 14 | 四 | 地瓜粥  肉鬆 | 五穀胚芽飯、胡蘿蔔炒蛋、扁魚白菜(扁魚、大白菜)、山藥排骨湯 | 棗子 | 蘿蔔糕  麥茶 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 15 | 五 | 番茄雞蛋麵(番茄、蛋、高麗菜、雞蛋麵) | 蘋果咖哩雞丁飯(雞胸肉、洋蔥、馬鈴薯、胡蘿蔔、蘋果、鳳梨等)、紫菜蛋花湯 | 火龍果 | 米香  決明子茶 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 18 | 一 | 虱目魚麵線 | 鮪魚蛋炒飯、炒青江菜、  不酸不辣湯(木耳.胡蘿蔔.豆腐.筍絲) | 木瓜 | 關東煮 (黑輪、白蘿蔔、米血) | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 19 | 二 | 南瓜瘦肉粥(南瓜、絞肉、胡蘿蔔) | 白飯、蔥爆豬肉、莧菜炒銀魚、番茄蔬菜湯(番茄、玉米筍、大白菜、豆腐) | 香蕉 | 地瓜甜湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 20 | 三 | 竹筍鹹粥 (竹筍、肉絲、香菇) | 日式烏龍麵(雞胸肉、洋蔥、魚板、高麗菜、香菇、黑木耳、蛤蠣) | 蘋果 | 綠豆薏仁 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 21 | 四 | 香鬆拌飯  紫菜湯 | 雙麥胚芽飯、馬鈴薯燉肉(馬鈴薯、胡蘿蔔、五花肉)、燙大陸妹、黃瓜杏菇湯(大黃瓜、杏鮑菇) | 橘子 | 南瓜  玉米濃湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 22 | 五 | 五彩鹹粥  (甜椒、四季豆、絞肉、木耳) | 肉羹飯(白飯、肉羹、筍絲、大白菜、扁魚、黑木耳、豆腐絲、紅蘿蔔絲等) | 芭樂 | 黑糖粉圓 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 25 | 一 | 果醬吐司  麥茶 | 蕈菇燴飯(鮮香菇、杏鮑菇、金針菇、秀珍菇、豆腐絲、彩椒等) | 木瓜 | 八寶粥 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 26 | 二 | 魚片蔬菜粥  (鯛魚、高麗菜) | 白飯、糖醋雞丁(洋蔥、雞胸肉)、蒜香菠菜、雙色蘿蔔湯 | 番茄 | 蘑菇濃湯(蘑菇、蛋、玉米) | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 27 | 三 | 蔬菜肉末粥  (菠菜、絞肉) | 鍋燒意麵(肉絲、火鍋料、小白菜、高麗菜、蛤蜊、金針菇等) | 香蕉 | 仙草蜜 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 28 | 四 | 翡翠吻仔魚粥(翡翠、吻仔魚) | 五穀胚芽飯、螞蟻上樹(冬粉、絞肉、高麗菜)、小黃瓜炒甜不辣、貢丸湯 | 蘋果 | 滑蛋麵線 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 29 | 五 | 肉羹雞絲麵 | 蘋果咖哩雞丁飯(雞胸肉、洋蔥、馬鈴薯、胡蘿蔔、蘋果、鳳梨等)、紫菜蛋花湯 | 芭樂 | 米香  決明子茶 | **V** | **V** | **V** | **V** |

承辦人：林育嫺 園長/負責人：陳雪芬