**臺南市私立凱迪斯幼兒園一一三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 |
| 3 | 一 | 果醬吐司麥茶 | 水餃(高麗菜、豬肉、蔥)、紫菜蛋花湯(紫菜、蛋) | 蘋果 | 紅棗銀耳 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 4 | 二 | 滑蛋麵線 | 白飯、洋蔥炒肉絲、薑絲小白菜、蘿蔔排骨湯 | 芭樂 | 黑糖珍珠 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 5 | 三 | 鮪魚滑蛋粥 | 肉羹飯(肉羹、筍絲、大白菜、豆腐、胡蘿蔔、木耳) | 柳丁 | 米粉湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 6 | 四 | 南瓜瘦肉粥(南瓜.絞肉.胡蘿蔔) | 五穀胚芽飯、馬鈴薯燉肉(馬鈴薯、胡蘿蔔、豬肉)、燙大陸妹、黃瓜杏菇湯(大黃瓜、杏鮑菇) | 香蕉 | 銀絲卷麥茶 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 7 | 五 | 肉鬆地瓜粥 | 白飯、滷味(白蘿蔔.海帶.麵輪)、燙地瓜葉、貢丸湯 | 蓮霧 | 檸檬愛玉 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 10 | 一 | 小饅頭麥茶 | 白飯、螞蟻上樹(冬粉.絞肉.胡蘿蔔.高麗菜)、玉米炒蛋、豆腐味噌湯 | 蘋果 | 麻油蛋麵線 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 11 | 二 | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋.肉絲.玉米) | 白飯、蒜香油菜、小黃瓜炒黑輪、京醬肉絲、貢丸湯 | 芭樂 | 紅豆薏仁 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 12 | 三 | 香鬆拌飯紫菜湯 | 榨菜肉絲湯麵(陽春麵、肉絲、小白菜、豆芽菜、榨菜) | 小番茄 | 關東煮(米血.甜不辣.白蘿蔔) | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 13 | 四 | 雞蓉玉米粥 | 五穀胚芽飯、竹筍炒肉絲、香菇炒花椰菜、薑絲蛤蠣湯 | 香蕉 | 餅乾決明子麥茶 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 14 | 五 | 蔬菜粥 (油豆腐.高麗菜) | 白飯、莧菜吻仔魚、三色豆炒絞肉、玉米濃湯 | 橘子 | 綠豆西米露 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 17 | 一 | 果醬吐司豆漿 | 咖哩雞丁飯(雞胸肉、洋蔥、馬鈴薯、胡蘿蔔)、紫菜蛋花湯 | 蘋果 | 蘿蔔糕湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 18 | 二 | 當歸麵線 | 肉羹飯(肉羹、筍絲、大白菜、豆腐、胡蘿蔔、木耳) | 芭樂 | 山粉圓 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 19 | 三 | 蔬菜肉末粥(高麗菜.絞肉) | 白飯、三杯菇菇雞(杏鮑菇.雞肉)、蒜香菠菜、不酸不辣湯(木耳、胡蘿蔔、豆腐、筍絲) | 柳丁 | 椰香西米露 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 20 | 四 | 魚片蔬菜粥(鯛魚.高麗菜)  | 雙麥胚芽飯、肉絲豆干、炒青江菜、絲瓜炒蛋、蒜頭雞湯 | 香蕉 | 仙草蜜 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 21 | 五 | 絲瓜麵線(絲瓜.蛋.麵線) | 香菇肉燥飯(香菇.絞肉)、蒜香地瓜葉、四神湯(排骨.藥包) | 火龍果 | 紅豆紫米 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 24 | 一 | 小饅頭麥茶 | 白飯、蔥爆豬柳、清炒小白菜、冬瓜排骨湯 | 蘋果 | 芋圓甜湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 25 | 二 | 小米粥蔥花蛋 | 白飯、豆芽菜炒韭菜、百頁燒肉、山藥雞湯 | 芭樂 | 餛飩湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 26 | 三 | 古早味鹹粥 (高麗菜.豬絞肉.香菇) | 鍋燒意麵(肉絲、火鍋料、小白菜、高麗菜、蛤蜊、金針菇) | 小番茄 | 黑糖珍珠 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 27 | 四 | 翡翠吻仔魚粥 | 五穀胚芽飯、糖醋雞丁、菇滷大白菜、海帶芽炒蛋、薑絲蛤蠣湯 | 香蕉 | 綠豆粉角 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 28 | 五 | 香菇玉米粥 | 白飯、瓜仔肉燥(瓜仔.絞肉)、高麗菜炒豆皮、紫菜蛋花湯 | 火龍果 | 玉米濃湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 31 | 一 | 銀絲卷豆漿 | 滑蛋豬肉燴飯(豬肉片、香菇、蛋)、清炒油菜、竹筍湯 | 蘋果 | 地瓜甜湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |

2

承辦人：林育嫺 園長/負責人：陳雪芬

◎週四午餐提供健康五穀雜糧及有機蔬菜。 本園一律使用國產(台灣)豬肉；不使用味精