雙連幼兒園 115 年 3 月份餐點表

日期	星期	早點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	水果
2	一	葡萄吐司 糙米奶	醬燒馬鈴薯、香蔥炒蛋、木耳雞肉湯 青菜-　　、水果-	芝麻包	✓	✓	✓	✓
3	二	香菇雞肉麵	黃金魚塊、開陽白菜、玉米湯 青菜-　　、水果-	滑蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
4	三	綠豆沙西米露	咖哩飯、味噌豆腐湯 青菜-　　、水果-	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
5	四	蕃茄蛋花湯	叉燒肉、黃瓜燴丸子、菇菇湯 青菜-　　、水果-	鹹菠蘿麵包	✓	✓	✓	✓
6	五	紅豆紫米粥	醬爆雞丁、螞蟻上樹、昆布蘿蔔湯 青菜-　　、水果-	奶油義大利麵	✓	✓	✓	✓
9	一	豆皮細粉	杏鮑菇海帶滷、玉米炒蛋、蘿蔔魚丸湯 青菜-　　、水果-	毛巾捲	✓	✓	✓	✓
10	二	水煮蛋 水果	馬鈴薯鯛魚燉菜、醬燒冬瓜肉末、菠菜湯 青菜-　　、水果-	鍋燒烏龍麵	✓	✓	✓	✓
11	三	慶生蛋糕	親子丼、紫菜蛋花湯 青菜-　　、水果-	桂圓蓮子麥片粥	✓	✓	✓	✓
12	四	蔬菜雞肉粥	京醬肉絲、家常豆腐、牛蒡湯 青菜-　　、水果-	客家米苔目	✓	✓	✓	✓
13	五	關東煮	韓式烤雞、珍珠丸子、蕃茄蛋花湯 青菜-　　、水果-	黑糖饅頭	✓	✓	✓	✓
16	一	起士餅 五穀奶	紅燒烤麩塊、菜脯蛋、木耳肉絲湯 青菜-　　、水果-	奶黃包	✓	✓	✓	✓
17	二	海帶芽豆腐湯	柳葉魚拼芋頭丸、西魯肉、洋蔥味噌湯 青菜-　　、水果-	南瓜小米粥	✓	✓	✓	✓
18	三	水煮蛋 水果	肉絲炒飯、高麗菜湯 青菜-　　、水果-	紅豆麵包	✓	✓	✓	✓
19	四	鹹蛋糕	照燒雞、高麗菜炒肉絲、大黃瓜湯 青菜-　　、水果-	日式拉麵	✓	✓	✓	✓
20	五	椰奶西米露	刈薯燒肉、日式燒豆腐、紫菜蛋花湯 青菜-　　、水果-	豆漿吐司 牛奶	✓	✓	✓	✓
23	一	起酥蛋糕	蘿蔔麵輪白菜滷、炒素木須、榨菜肉片湯 青菜-　　、水果-	綠豆薏仁	✓	✓	✓	✓
24	二	毛豆 水果	蒲燒鯛、紅燒南瓜、香芹蘿蔔湯 青菜-　　、水果-	小肉包	✓	✓	✓	✓
25	三	什錦蔬菜湯	滷肉飯、玉米燴冬粉、白菜香菇湯 青菜-　　、水果-	方塊酥 蜂蜜金桔	✓	✓	✓	✓
26	四	香菇玉米粥	蜜汁烤雞、紅燒三丁、金針花冬瓜湯 青菜-　　、水果-	水餃	✓	✓	✓	✓
27	五	雪白乳酪球麵包	打拋豬、滑蛋豆腐、紫菜蛋花湯 青菜-　　、水果-	銀絲捲	✓	✓	✓	✓
30	一	紫菜蛋花湯	海帶煮油豆腐、紅蘿蔔炒蛋、小魚黃豆芽湯 青菜-　　、水果-	卡士達泡芙	✓	✓	✓	✓
31	二	芋頭鹹粥	三色豆鮪魚、螞蟻上樹、蕃茄高麗菜湯 青菜-　　、水果-	燒賣	✓	✓	✓	✓

◎每週安排兩次五穀雜糧飯，週一推行蔬食餐。
◎餐點完全不添加味精，並以少油、少鹽、低糖為原則。
◎全面使用台灣豬肉，食品皆為知名廠牌之產品。
◎本餐點表若因時令或配合活動時，可能稍作更改，敬請見諒。

承辦：　　主任：　　園長：