

台南市私立聖公會幼兒園 3 月餐點表(113)



日期	星期	早上點心	午餐	水果	下午點心
3/1	五	蘇打餅乾、冬瓜奶	薑汁燒肉、滷花生、菠菜、冬瓜海帶湯	蘋果	雞蛋糕、黑豆漿
3/4	一	青菜肉絲麵線	咖哩豬肉飯(紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯、豬肉)	火龍果	芹菜魚丸湯
3/5	二	起司吐司、決明子茶	蔥燒虱目魚柳、紅蘿蔔炒蛋、小白菜、四神湯	鳳梨	雞蓉玉米濃湯
3/6	三	香菇肉羹	三杯雞、小黃瓜黑輪、葉萵苣、蘿蔔排骨湯	蘋果	當歸肉絲麵線
3/7	四	葡萄乾牛奶麥片粥	豬排湯麵(肉片、小白菜、番茄、木耳、麵條)	香蕉	地瓜綠豆甜湯
3/8	五	清粥、肉鬆	蒜香滷肉、滷小烏蛋、菠菜、香菇雞肉湯	西瓜	草莓吐司、黑豆漿
3/11	一	菠菜豆腐湯餃	味噌豬肉蓋飯(肉絲、香菇、洋蔥、高麗菜) 小白菜豆腐湯	橘子	馬鈴薯肉絲濃湯
3/12	二	三明治、牛奶	蔥爆肉絲、紅燒豆腐、葉萵苣、金針花大骨湯	柳丁	肉燥米粉湯
3/13	三	蔬菜貢丸湯	醬燒雞翅、蔥煎蛋、菠菜、大黃瓜蛋花湯	火龍果	珍珠仙草蜜
3/14	四	鮭魚蔬菜餅、麥茶	家常炸醬麵(絞肉、甜麵醬、紅蘿蔔、豆干丁)、高麗菜 排骨湯	鳳梨	浮水魚羹
3/15	五	絞肉高麗菜蛋花粥	醬燒肉絲豆干、大黃瓜燴魚丸、地瓜葉、玉米排骨湯	蘋果	奶油餐包捲、黑豆漿
3/18	一	喜瑞爾牛奶	虱目魚柳飯湯(魚柳、高麗菜、芹菜、鴻喜菇)	火龍果	什錦米苔目
3/19	二	全麥吐司、黑糖奶	京醬肉絲、涼拌豆干絲、菠菜、紫菜蛋花湯	鳳梨	紅豆紫米粥
3/20	三	菠菜肉絲麵線	滷雞腿、螞蟻上樹、小白菜、冬瓜海帶湯	蘋果	關東煮
3/21	四	韭菜蝦米煎餅、麥茶	味噌拉麵(肉絲、青菜、味噌、麵條、綜合菇、海帶芽)	香蕉	黑糖珍珠奶
3/22	五	薑片紅棗菇雞湯	台式肉燥、芹香豆皮、高麗菜、山藥排骨湯	蘋果	鮮奶饅頭、黑豆漿
3/25	一	肉燥冬粉湯	炸醬拌飯(豆干丁、絞肉、小烏蛋、甜麵醬、毛豆)、 青菜豆腐蛋花湯	火龍果	油豆腐細粉
3/26	二	三明治、冬瓜茶全	玉米絞肉、咖哩洋芋、高麗菜、鴻喜菇味噌湯	鳳梨	薏仁甜湯
3/27	三	山藥肉絲湯	沙茶肉絲、糖醋甜不辣、葉萵苣、紫菜吻仔魚湯	蘋果	青菜貢丸湯
3/28	四	紅蘿蔔煎餅、麥茶	高麗菜水餃、金針菇肉絲湯	香蕉	豆漿凍冬瓜茶
3/29	五	滑蛋鮭魚粥	木耳滷肉、涼拌黃豆芽、地瓜葉、番茄蛋花湯	蘋果	銅鑼燒、黑豆漿

☆ 本園一律使用國產豬。◎午餐皆有時令水果

☆ 為增進幼兒健康，吃的更營養，午餐米飯皆添加糙米。堅持不使用味精、不吃油炸食物。

☆ 每週下午點心黑豆漿，均由廚房媽媽當天現榨現煮。

