

臺南市學甲區中洲國民小學附設幼兒園 113 學年度第二學期
3 月份餐點表

※本園一律使用國產豬、牛肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
W53	一	芭樂片+優酪乳	白米飯、三杯魷魚圈、油蔥蒸蛋、鮮菇小白菜 白玉味噌湯、香蕉	煎餃+米漿
4	二	蘋果片+鮮奶	糙米飯、紅燒豬肉、鴻禧胡瓜、有機菠菜 海鮮濃湯、芭樂	青江菜魚丸湯麵
5	三	木瓜片+低糖豆漿	什錦炒冬粉、日式燒肉、雙色花椰、藥燉排骨湯、 全脂保久乳、豌豆脆片	蛋餅+鮮奶
6	四	香蕉+優酪乳	糙米飯、咖哩雞丁、培根高麗菜、油菜玉米 熱冬瓜銀耳湯	起司披薩+鮮奶
7	五	葡萄+鮮奶	白米飯、義式燉肉、麻油米血、有機高麗菜 香菇脆瓜雞湯	湯包+低糖豆漿
W610	一	奇異果片+優酪乳	白米飯、蒲燒鯛魚、玉米炒蛋、鮮菇青江菜、翡翠蟹味 蛋花湯、蘋果	高麗菜餛飩湯麵
11	二	蘋果片+鮮奶	糙米飯、瓜仔雞丁、花椰菜炒魷魚、有機油菜、 黃瓜肉絲湯、甜桃	青江菜魚丸湯
12	三	火龍果片+低糖豆漿	韓式拌飯、韓式泡菜炒黃豆芽、節瓜炒菇、韓式大醬湯 優酪乳	乳酪捲+鮮奶
13	四	蘋果片+鮮奶	糙米飯、蔥燒排骨、豆薯炒肉、薑絲白菜、冬瓜肉枸杞	滑蛋玉米雞肉粥
14	五	芭樂片+低糖豆漿	白米飯、蒜泥白肉、麻婆豆腐、炒高麗菜、蘿蔔黑輪湯	高麗菜水餃湯
W717	一	香蕉+優酪乳	白米飯、大蒜奶油魚丁、玉米燴洋芋、枸杞白菜、 海帶芽蛋花湯、茂谷柑	紅豆銅鑼燒+鮮奶
18	二	奇異果片+低糖豆漿	糙米飯、回鍋肉片、紅蘿蔔炒蛋、有機青江菜、 虱目魚皮湯、棗子	綠豆薏仁湯
19	三	木瓜片+優酪乳	肉燥乾麵、韭菜銀芽、蘿蔔貢丸湯、全脂保久乳 牛角麵包	玉米雞茸濃湯
20	四	蘋果片+鮮奶	糙米飯、蔥爆雞丁、小黃瓜炒香腸、蒜香高麗菜 酸菜鴨肉湯	香蔥麵包+低糖豆漿
21	五	芭樂片+優酪乳	白米飯、筍乾扣肉、玉米乾丁、有機油菜、蒜頭雞湯	港式水煎包+芝麻豆漿
W824	一	木瓜片+鮮奶	白米飯、香酥魚排、翡翠蟹味蒸蛋、彩椒青花菜 冬瓜蛤蜊湯、小番茄	鮮蔥蛋餅+低糖豆漿
25	二	香蕉+優酪乳	糙米飯、味噌肉片、絲瓜豬肉麵線、有機地瓜葉、南瓜 豬肉湯、小蘋果	吻仔魚蛋花粥
26	三	蘋果片+低糖豆漿	玉米鹹粥、香滷雞腿、櫻花蝦白菜、黑胡椒毛豆莢 堅果包、履歷豆漿	鮮乳饅頭+鮮奶
27	四	奇異果片+優酪乳	糙米飯、蔥燒鴨肉、大黃瓜燴鴿蛋、涼拌干絲 大頭菜肉絲湯	高麗菜魚羹麵
28	五	香蕉+優酪乳	白米飯、南瓜燒雞、滷冬瓜、有機白菜、關東煮湯	帕馬森起司麵包+鮮奶
W931	一	芭樂片+鮮奶	白米飯、鮮菇燴豆包、大黃瓜炒魚丸、鐵板豆芽菜 玉米蛋花湯、甜桃	鯛魚瘦肉粥

備註：每日餐點均含全穀根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類等四大類食物

幼兒園教師：

教師兼
附設幼兒園主任 周建男

單位主管：

教師兼
附設幼兒園主任 周建男

校長

校長 黃文信