**嘉義縣私立資優生幼兒園110學年度第二學期 月份餐點表**

**111年 3 月 1日~111年 3 月 31 日**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 1 | 二 | 黑糖饅頭、麥茶 | 海鮮燴飯、柴魚豆腐味增湯 | 米果、洛神茶  、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 2 | 三 | 菠菜蘿蔔粿湯 | 香菇肉燥、紅燒板豆腐、  香蒜青江菜、皇帝豆排骨湯 | 肉燥米粉湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 3 | 四 | 草莓吐司、豆漿 | 芋頭香菇瘦肉粥、滷蛋半顆＊ | 綠豆蒜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 五 | 雞蛋餛飩麵 | 糖醋洋蔥魚柳、紅蘿蔔炒蛋、  山藥玉米排骨湯 | 關東煮、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 一 | 蔬菜吻仔魚粥 | 滑蛋豬肉燴飯、鮮菇炒小黃瓜、冬瓜蛤蜊湯 | 紅豆薏仁湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 8 | 二 | 薯餅、麥茶 | 炒古早味粉絲、杏苞菇香腸、  大黃瓜貢丸湯 | 蝦餅、桂圓茶  、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 9 | 三 | 牛奶麥片粥 | 香煎豬排、滷筍乾、蒜炒菠菜、甜不辣湯 | 茶葉蛋、菊花茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 10 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 高麗菜干貝香菇粥、絞肉炒三色豆炒 ✽ | 雞絲麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 五 | 鮮奶饅頭、麥芽牛奶 | 梅干扣肉、滷香菇丸子、雪裡紅炒豆乾丁、紫菜蛋花湯 | 小菜包、麥茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 一 | 鮮肉蔬菜粥 | 豬肉水餃、淡味酸辣湯 | 古早味粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 15 | 二 | 喜瑞爾玉米脆片、  巧克力牛奶 | 麵輪滷肉、九層塔炒蛋、芹菜炒豆皮、番茄豆腐排骨湯 | 菠蘿麵包、  麥茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 16 | 三 | 芋頭包、杏仁茶 | 紅醬義大利麵、玉米濃湯 | 黑輪、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 南瓜清粥、鹹蛋半顆、豆枝、  柴魚鬆、高麗菜炒木耳 | 糯米珍珠丸子、  柴魚湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 五 | 五穀糧餅、米漿 | 瓜子雞、豆薯炒蛋、蒜炒角豆、小魚乾洋蔥味增湯 | 外省湯麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 一 | 蔬菜雞茸粥 | 白玉肉羹麵、滷豆干海帶 | 小豆沙、草莓牛奶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 22 | 二 | 五彩球、  蘋果牛奶 | 雞丁洋蔥茄汁燴飯、海帶芽丸子湯 | 絲瓜豆簽羹、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 23 | 三 | 牛奶燕麥粥 | 麻婆豆腐、洋蔥炒蛋、  牛蒡玉米雞骨湯 | 玉米濃湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 四 | 奶皇包、豆漿 | 廣東粥、油條、香酥牛蒡甜不辣 | 桂圓紫米紅棗粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 五 | 雞絲麵 | 香菇滷肉、玉米滑蛋、  香蒜雙花椰、蘿蔔小貢丸湯 | 綠豆甘藷湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 一 | 南瓜粥瘦肉 | 香椿青豆仁炒飯、蔥爆豬肉、  白菜豆腐湯 | 鍋燒麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 29 | 二 | 喜瑞爾營養脆片  雞蛋牛奶 | 咖哩豬肉燴飯 | 花捲、養生茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 30 | 三 | 米果、米漿 | 雞肉飯、淡味酸菜、滷油豆腐、紫菜蛋花湯 | 米苔目湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 31 | 四 | 巧克力吐司、豆漿 | 古早味蘿蔔鹹粥 | 鮮奶粉圓、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |

**✽本園使用國產豬肉，請家長安心。**

**＊本園使用履歷米-有身分的米，為每一粒米的安全把關** ，**讓孩子吃得安心，家長放心。**