

新北市三重區光榮國民中學附設幼兒園 114年03月份餐點表

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
3/3	一	*黑糖饅頭、*鮮奶	白飯	瓜仔肉燥	*蕃茄炒蛋	有機蔬菜	*海芽豆腐湯	時令水果	*味噌拉麵	√	√	√	√
3/4	二	*波菜小魚粥	*什錦肉羹燴飯			有機蔬菜	排骨南瓜湯	時令水果	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
3/5	三	*鮮蔬湯餃	五穀飯	鮮菇肉片	什錦黃瓜	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊湯	時令水果	*豆漿豆花	√	√	√	√
3/6	四	*鍋燒意麵	糙米飯	*樹籽燒魚	*豆干炒肉絲	有機蔬菜	鳳梨雞湯	時令水果	地瓜條、決明子	√	√	√	√
3/7	五	*皮蛋瘦肉粥	*櫛瓜茄汁肉醬貝殼麵			有機蔬菜	*黃瓜魚丸湯	時令水果	*起司吐司、優酪乳	√	√	√	√
3/10	一	銀絲卷、*鮮奶	白飯	打拋豬肉	*香菇豆腐	有機蔬菜	排骨蘿蔔湯	時令水果	*雞茸玉米濃湯	√	√	√	√
3/11	二	*瓠瓜鹹粥	糙米飯	南瓜雞丁	小黃瓜炒杏鮑菇	有機蔬菜	羅宋湯	時令水果	*奶皇包、桂圓茶	√	√	√	√
3/12	三	肉包、*米漿	五穀飯	筍絲燉肉	*小魚炒蛋	有機蔬菜	養生雞湯	時令水果	什錦甜湯	√	√	√	√
3/13	四	*貴妃鮑魚粥	紫米飯	三杯雞	*燒洋芋	有機蔬菜	蓮子排骨冬瓜湯	時令水果	*紅豆鮮奶	√	√	√	√
3/14	五	*生日蛋糕、小麥飲	*時蔬咖哩雞肉飯			有機蔬菜	*什錦髮菜湯	時令水果	*鍋貼	√	√	√	√
3/17	一	*雞蛋饅頭、*鮮奶	白飯	糖醋肉片	*蝦仁豆腐	有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	時令水果	*雞火粥	√	√	√	√
3/18	二	*茶碗蒸	水餃		滷雞腿	有機蔬菜	*酸辣湯	時令水果	*馬拉糕、柚子茶	√	√	√	√
3/19	三	*蕃茄雞蛋麵	糙米飯	*嫩雞燒豆腐	肉絲炒彩椒	有機蔬菜	排骨昆布湯	時令水果	高麗菜包	√	√	√	√
3/20	四	*花枝羹湯	五穀飯	紅燒獅子頭	蘿蔔燒麵輪	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	*燒賣、*牛奶	√	√	√	√
3/21	五	*南瓜肉粥	*奶油鮭魚義大利麵			有機蔬菜	*蕃茄蛋花湯	時令水果	*泡芙	√	√	√	√
3/24	一	豆沙包、*鮮奶	白飯	冬瓜肉燥	*蔥燒豆腐	有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	日式關東煮	√	√	√	√
3/25	二	*鮭魚玉米粥	糙米飯	蠔油雞片	小黃瓜炒肉絲	有機蔬菜	*味噌蛤蜊湯	時令水果	蒸甜玉米、*豆奶	√	√	√	√
3/26	三	*白菜雲吞湯	五穀飯	蘿蔔燉肉	蒜香四季豆	有機蔬菜	*薑絲魚片湯	時令水果	養生地瓜湯	√	√	√	√
3/27	四	*雞絲麵	紫米飯	香菇滑雞	*什錦鵪鶉蛋	有機蔬菜	*紫菜蛋花湯	時令水果	*珍珠丸	√	√	√	√
3/28	五	*雞肉蔬菜粥	*肉絲蛋炒飯			有機蔬菜	黃瓜排骨湯	時令水果	大蒜條、*豆漿	√	√	√	√
3/31	一	黑糖饅頭、*鮮奶	白飯	馬鈴薯燉肉	*櫛瓜炒蛋	有機蔬菜	香菇順氣湯	時令水果	*擔仔麵	√	√	√	√

備註：

1. 本園一律使用國產豬肉、國產雞蛋，食材、蛋糕、麵包類供應商皆為旭崴企業有限公司。
2. 本園未使用輻射汙染食品。
3. 本餐點內容如遇特殊情況(貨品短缺、氣候變化、活動需求等)，會彈性調整菜單，不另行公告。
4. *為衛生福利部公告11種(甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等)過敏原標示項目，提醒具過敏體質之幼兒避免攝取。

製表人：

保育組長：

主任：

校長：

護理師陳言臻

教師兼保育組長江蓓郁

教師兼幼兒園主任林翠華

新北市立光榮國民中學附設幼兒園黃居正

