

新北市三重區光榮國民中學附設幼兒園 112學年度第二學期3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	全餐 根莖類		豆魚 肉蛋類	蔬菜類	水果類	
3/1	五	香芋鹹粥	鳳梨蛋炒飯			有機蔬菜	結頭菜排骨湯	時令水果	起司三明治	V	V	V		
3/4	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	雞火粥	V	V	V		
3/5	二	茶碗蒸	什錦肉羹燴飯			有機蔬菜	排骨南瓜湯	時令水果	綠豆薏仁湯	V	V	V		
3/6	三	鮮蔬湯餃	五穀飯	鮮菇肉片	什錦燴黃瓜	有機蔬菜	冬瓜蛤蚧湯	時令水果	豆漿豆花	V	V	V		
3/7	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	馬拉糕、柚子茶	V	V	V		
3/8	五	皮蛋瘦肉粥	柳瓜茄汁肉醬貝殼麵			有機蔬菜	鮮筍魚丸湯	時令水果	哈斯吐司、優酪乳	V	V	V		
3/11	一	奶皇包、鮮奶	白飯	打拋豬肉	香菇豆腐	有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	時令水果	珍珠丸	V	V	V		
3/12	二	花枝羹湯	糙米飯	栗子燒雞	小黃瓜炒杏鮑菇	有機蔬菜	羅宋湯	時令水果	地瓜條、桂圓茶	V	V	V		
3/13	三	肉包、米漿	五穀飯	馬鈴薯燒肉	小魚炒蛋	有機蔬菜	牛蒡雞湯	時令水果	什錦甜湯	V	V	V		
3/14	四	南瓜肉粥	紫米飯	三杯雞	燒洋芋	有機蔬菜	蓮子排骨冬瓜湯	時令水果	紅豆湯	V	V	V		
3/15	五	生日蛋糕、小麥飲	時蔬咖哩雞肉飯			有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	蛋餅	V	V	V		
3/18	一	雞蛋饅頭、鮮奶	白飯	壽喜燒豬	蝦仁豆腐	有機蔬菜	排骨蘿蔔湯	時令水果	雞茸玉米濃湯	V	V	V		
3/19	二	小魚蛋稀飯	水餃		滷雞腿	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	蒸甜玉米、豆奶	V	V	V		
3/20	三	金瓜米粉粉	五穀飯	嫩雞燒豆腐	肉絲炒彩椒	有機蔬菜	干貝冬瓜湯	時令水果	養生地瓜湯	V	V	V		
3/21	四	燒賣、牛奶	紫米飯	紅燒獅子頭	蘿蔔燒麵輪	有機蔬菜	味噌豆腐蛋花湯	時令水果	仙草蜜	V	V	V		
3/22	五	地瓜稀飯	奶油鮭魚義大利麵			有機蔬菜	什錦髮菜湯	時令水果	雞蛋布丁	V	V	V		
3/25	一	脆片鮮奶	白飯	冬瓜肉燥	蝦仁炒蛋	有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	時令水果	日式關東煮	V	V	V		
3/26	二	白菜雲吞湯	糙米飯	蠔油雞片	四季豆炒肉末	有機蔬菜	香菇順氣湯	時令水果	冬瓜檸檬愛玉	V	V	V		
3/27	三	咖哩魚丸冬粉	五穀飯	梅干扣肉	什錦鵪鶉蛋	有機蔬菜	蒜頭雞湯	時令水果	奶皇包、決明子	V	V	V		
3/28	四	雞絲麵	紫米飯	南瓜燉肉	滷豆干海帶	有機蔬菜	鮮菇蔬菜湯	時令水果	綠豆地瓜湯	V	V	V		
3/29	五	雞肉蔬菜粥	肉絲蛋炒飯			有機蔬菜	排骨山藥湯	時令水果	杯子蛋糕、豆漿	V	V	V		

備註：

1. 本園一律使用國產豬肉、國產雞蛋食材，向旭崴企業有限公司供應商採買，蛋糕、麵包類向一善食品商行採買。
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)，會進行適當調整。

製表人：

保育組長：

主任：

校長：

護理師陳言臻

保育組長江蓓郁

教師康林翠華  
幼兒園主任

新北市三重區光榮國民中學附設  
黃居正