

新北市興仁國小附設幼兒園111學年度第二學期3月份菜單

日期	星期	早點	午 餐					午點	餐點類別檢核表			
			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
3/1	三	葡萄乾吐司+阿華田	胚芽飯	什錦滷味	鹹蛋黃杏鮑菇	有機蔬菜	魚丸湯	蘇打餅乾+鮮奶	√	√	√	√
3/2	四	漢堡+豆漿	白米飯	肉燥油豆腐	炒花椰菜	有機蔬菜	金針菇蛋花湯	舒芙蕾+決明子茶	√	√	√	√
3/3	五	蛋餅+豆漿	地瓜飯	洋蔥豬柳	毛豆三丁	有機蔬菜	味噌海帶芽湯	生日蛋糕+麥茶	√	√	√	√
3/6	一	銀絲卷+米漿	白米飯	三杯雞	炒甜不辣	有機蔬菜	蘿蔔湯	菠蘿麵包+決明	√	√	√	√
3/7	二	虎皮蛋糕+麥茶	鍋貼			有機蔬菜	青菜蛋花湯	豆花	√	√	√	√
3/8	三	鍋燒意麵	素咖哩飯			有機蔬菜	鮮菇湯	紅豆湯圓	√	√	√	√
3/9	四	餐包+鮮奶	白米飯	土魷魚塊	螞蟥上樹	有機蔬菜	豆皮白菜湯	雞蛋布丁	√	√	√	√
3/10	五	蘿蔔糕湯	胚芽飯	清蒸魚片	客家小炒	有機蔬菜	山藥排骨湯	蔥油餅+決明子茶	√	√	√	√
3/13	一	小兔包+米漿	地瓜飯	蔥爆里肌肉	蕃茄炒蛋	有機蔬菜	金針花湯	鮮奶吐司+豆漿	√	√	√	√
3/14	二	奶酥麵包+阿華田	白米飯	瓜仔肉	香菇豆包	有機蔬菜	青菜蛋花湯	大滷麵	√	√	√	√
3/15	三	雞絲麵	素炒麵			有機蔬菜	貢丸湯	玉米脆片+鮮奶	√	√	√	√
3/16	四	台式鹹粥	胚芽飯	糖醋魚片	雙色花椰菜	有機蔬菜	番茄蔬菜湯	蛋塔+決明子茶	√	√	√	√
3/17	五	三明治+麥茶	地瓜飯	蘿蔔燒雞腿	紅燒百頁	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	綠豆湯	√	√	√	√
3/20	一	奶皇包+豆漿	白米飯	蒜泥白肉	炒馬鈴薯絲	有機蔬菜	蛤蜊冬瓜湯	甜玉米	√	√	√	√
3/21	二	吻仔魚粥	胚芽飯	毛豆燴蝦仁	清炒豆皮	有機蔬菜	黃瓜排骨湯	肉燥湯麵	√	√	√	√
3/22	三	全麥吐司+阿華田	地瓜飯	鮮炒三蔬	玉米粒蒸蛋	有機蔬菜	香菇雞湯	豆花	√	√	√	√
3/23	四	漢堡+米漿	肉醬義大利麵			有機蔬菜	青菜蛋花湯	餐包+麥茶	√	√	√	√
3/24	五	肉片飯條湯	白米飯	沙茶肉片	雙色花椰菜	有機蔬菜	豆腐羹	關東煮	√	√	√	√
3/25	六	起司饅頭+麥茶	壽司			有機蔬菜	味噌海帶芽湯	起酥蛋糕+米漿	√	√	√	√
3/27	一	鮮奶吐司+阿華田	地瓜飯	日式壽喜燒	螞蟥上樹	有機蔬菜	蘿蔔湯	綜合QQ湯圓	√	√	√	√
3/28	二	芋頭鹹粥	鮭魚蛋炒飯			有機蔬菜	玉米排骨湯	煎蘿蔔糕+麥茶	√	√	√	√
3/29	三	蛋餅+決明子茶	白米飯	三杯素麵腸	毛豆三丁	有機蔬菜	番茄蔬菜湯	紅豆麵包+鮮奶	√	√	√	√
3/30	四	皮蛋瘦肉粥	胚芽飯	筍絲燉肉	香煎雞蛋豆腐	有機蔬菜	鮮菇湯	黑糖包子+麥茶	√	√	√	√
3/31	五	鍋燒意麵	胚芽飯	番茄炒蛋	滷味	有機蔬菜	綜合鮮菇湯	小兔包+麥茶	√	√	√	√

備註：（1）為了配合學校環境減碳政策，每週三將進行蔬食日。（2）本餐點食譜內容，將視幼兒口味、天氣冷熱、教學活動所需而隨機調整。（3）設計者：楊老師

備註：(1) 為了配合學校環保減碳政策，每週三將進行蔬食日。(2) 本餐點食譜內容，將視幼兒口味、天氣冷熱、教學活動所需而隨機調整。(3) 設計者:楊老師

承辦人: 楊子明  
 本園一律使用國產豬肉 本園未使用輻射污染食品  
 園主任: 張映儀  
 校長: 楊順宇