|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4臺南市歸仁國小附設幼兒園112學年度下學期第4、5、6週餐點明細表** | | | | | | | | | |
| **日期** | **星期** | **早上點心** | **午餐** | **乳品或水果** | **下午點心** | **五穀根莖類** | **豆魚肉蛋類** | **蔬菜類** | **水果類** |
| 3/4 | 一 | 全麥吐司+福樂優酪乳  麵粉 全麥 優酪乳 | **薏仁飯 素花枝排紅蘿蔔炒蛋 鮮炒高麗菜 紫菜鮮菇湯**  白米 素花枝排 紅蘿蔔絲 雞蛋 高麗菜 乾香菇 紫菜(乾) 金針菇 素食高湯 大薏仁 | 鮮奶 | 綜合水果+水煮蛋  綜合水果.水煮蛋 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/5 | 二 | 原味+五彩球+福樂鮮奶  穀片 福樂鮮奶 | **芝麻飯 滷雞腿 沙茶豆干 蒜香蚵白菜(有機)虱目魚皮湯**  白米 雞腿 青蔥 杏鮑菇 豆干丁 沙茶醬 蚵白菜 蒜末 薑絲 小白菜 大骨 虱目魚皮 黑芝麻 | 茂谷柑 | 法國土司+薏仁漿 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/6 | 三 | 栗雅朵蛋糕+小豬寶  麵粉 水果 奶油 蛋 | **烏龍麵 鍋燒豬肉 起酥蘋果派(大成)**  烏龍麵 鮮香菇 高麗菜 洋蔥絲 杏鮑菇 雞蛋 金針菇 瘦豬肉絲 火鍋肉片 小魚丸 板豆腐 沙茶醬 起酥蘋果派(大成) | 燕麥奶 | 煎餃+蜜茶 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/7 | 四 | 小可頌+桂格燕麥奶  麵粉 蛋 奶油 燕麥奶 | **燕麥飯 泰式打拋肉 鮮菇燴食蔬 清炒小松菜(有機)菜頭排骨湯**  白米 燕麥 豬絞肉 九層塔 大蕃茄 洋葱丁 黃椒丁 鴻喜菇 胡蘿蔔片 荷蘭豆 高麗菜 黑木耳(乾) 小松菜 蒜末 白蘿蔔丁 大骨 芹菜 | 芭樂 | 黑輪 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/8 | 五 | 熱狗捲+福樂鮮奶  麵粉 熱狗 鮮奶 | **胚芽米飯 筍干滷肉 南瓜炒蛋 蒜香菠菜 玉米濃湯**  白米 胚芽米 筍干滷肉 腱肉丁 五花肉丁 筍干 薑片 醬油南瓜丁 雞蛋 菠菜 蒜末 雞蛋 洋蔥絲 玉米粒罐 玉米濃湯粉 |  | 當季水果(葡萄) | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/11 | 一 | 鮮奶吐司+福樂優酪乳  鮮奶 麵粉 奶油 優酪乳 | **芝麻飯 海帶油豆腐 番茄炒蛋 鮮炒味美菜(有機)味噌豆腐湯** 白米 黑芝麻 海帶結 紅蘿蔔塊 白蘿蔔塊 油豆腐 大番茄 雞蛋 味美菜 薑絲 非基改板豆腐 味噌 | 牛乳 | 綜合水果  綜合水果+水煮蛋 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/12 | 二 | 原味+蜂蜜穀片+福樂鮮奶  穀片 鮮奶 | **胚芽米飯 咖哩豬肉 黃瓜燴鴿蛋 清炒綠花椰 冬瓜蛤蜊湯** 白米 胚芽米 火鍋肉片 馬鈴薯丁 紅蘿蔔丁 咖哩粉 洋葱絲大黃瓜片 鵪鶉蛋 綠花椰 蒜末 冬瓜片 蛤蜊 大骨 | 小番茄 | 蔥抓餅+麥茶  蔥 麵粉 麥茶 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/13 | 三 | 當季水果  (蘋果) | **海產粥 乳酪捲(大器股)**  白米 花枝條 虱目魚皮 虱目魚柳 小黑輪條 高麗菜 紅蘿蔔丁 芹菜末 豬瘦肉絲 大骨 鮮蚵 蔥 乳酪捲 | 優格 | 起士三明治+豆漿 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/14 | 四 | 起士條+桂格燕麥奶  起司 麵粉 燕麥奶 | **燕麥飯 梅干扣肉 鐵板銀柳 蒜香青江(有機) 虱目魚丸湯**  白米 燕麥 梅干菜 豆干丁 五花肉丁 腱肉丁 豆芽菜 鮮香菇 洋葱絲 黑胡椒醬 青江菜 蒜末 金針菇 小魚丸 小白菜大骨 | 進口葡萄 | 當歸麵線(素)  肉絲 高麗菜 豆包 枸杞 麵線 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/15 | 五 | 羅宋麵包+福樂鮮奶  麵粉 奶粉 奶油 鮮奶 | **白米飯 三杯雞 海味冬瓜 蒜香高麗菜 紅豆甜湯**  白米 雞腿丁 九層塔 胡麻油 薑片 杏鮑菇 冬瓜片  金針菇 紅蘿蔔片 黑木耳絲 魷魚翅 高麗菜 蒜末 紅豆 紅白小湯圓 二砂糖 |  | 當季水果(火龍果) | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/18 | 一 | 葡萄吐司+福樂優酪乳  葡萄乾 吐司 優酪乳 | **素肉鬆飯 梅醬燒豆腐 黃瓜鮮燴 鮮炒尼龍(有機) 素當歸湯** 白米 素肉鬆 紅蘿蔔片 黑木耳絲 小三角油豆腐 板豆腐 梅醬 素蠔油 大黃瓜 杏鮑菇 黑美人菇 素腰花 尼龍菜 冬瓜片 腐皮 當歸包 薑絲 鮮香菇 | 奶酪 | 綜合水果+綜合水果綜合水果水煮蛋 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/19 | 二 | 原味+草莓脆片+福樂鮮奶  穀片 鮮奶 | **薏仁飯 薑燒肉片 螞蟻上樹 蒜香青油(有機) 四神排骨湯**  白米 薏仁 梅花火鍋肉片 洋蔥絲 白芝麻 醬油 薑片 高麗菜 冬粉 木耳絲 紅蘿蔔絲 豬絞肉 青油菜 蒜末 軟骨肉 大薏仁 四神料 | 香蕉 | 烤地瓜+麥茶  地瓜+麥茶 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/20 | 三 | 當季水果  (木瓜) | **香菇肉燥乾麵 雙色花椰炒鮮菇 香蕉條(奶油)菜頭貢丸湯**  牛排麵 瘦肉燥 乾香菇 醬油 油葱酥 滷包 鵪鶉蛋 鮮白花椰去梗 鮮綠花椰去梗 蒜末 杏鮑菇 香蕉條(大器股) 白蘿蔔丁 芹菜末 大骨 小貢丸 | 豆奶 | 烤饅頭+冬瓜茶  饅頭冬瓜茶 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/21 | 四 | 椰排+桂格燕麥奶  椰子奶粉 麵粉 燕麥奶 | **五穀飯 法式烤雞 香油干絲 清炒皺葉白菜(有機)**  **香菇雞湯**  白米 五穀米 法式烤雞 豆干絲 胡蘿蔔絲 海帶絲 黑木耳 香油 白胡椒 皺葉白菜 乾香菇 雞腿丁 薑片 枸杞 | 台灣葡萄 | 肉鬆三角飯糰  肉鬆 海苔 白飯 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/22 | 五 | 巴布羅+福樂鮮奶  麵粉奶粉 奶油 鮮奶 | **白米飯 蒜泥白肉 大黃瓜甜不辣 蒜香菠菜 肉骨茶湯**  白米 蒜末 火鍋肉片 醬油膏 大黃瓜片 甜不辣 菠菜  蒜末 軟骨肉 紅棗 肉骨茶包 |  | 當季水果(蘋果) | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| 3/23 | 六 | 當季水果+保久乳  香蕉 保久乳 | **大滷麵 茶葉蛋**  白油麵 山東白菜 紅蘿蔔丁 白蘿蔔丁 蒜末 肉羹 魚羹 雞蛋 乾木耳絲 無刺扁魚 蝦米 白胡椒 烏醋 蛋 | 果汁 | 餐盒(起司鴨雞蛋糕+巧克力大理石+馬卡龍)+運動飲料 | ▪ | ▪ | ▪ | ▪ |
| ★餐點內容及水果品項會依季節及廠商供貨需求進行調整，如造成不便請見諒，謝謝。 | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |