



臺北市士林區雨聲國小附設幼兒園 113 學年度第二學期 3 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐					下午點心
			主菜	副菜	時令蔬菜	湯品	時令水果	
3/3	一	鮮蔥麵包、鮮奶*	鵪鶉蛋肉燥	玉米炒蛋*	菠菜	紅棗枸杞雞湯	橘子	鮮肉餛飩湯
3/4	二	鮮蔬鮭魚粥*	味噌小翅腿	絲瓜燴干貝*	高麗菜	冬瓜蛤蠣湯*	芭樂	銀絲捲、柚子茶
3/5	三	什錦米苔目	紅糟豬排	蝦仁蒸蛋*	地瓜葉	大黃瓜排骨湯	蘋果	炒冬粉
3/6	四	雞絲麵	紅燒鯛魚*	鹹蛋筍白筍*	有機蔬菜	蓮子排骨湯	小番茄	金牛角、優酪乳*
3/7	五	雜糧小饅頭、決明子茶	叉燒肉蛋炒飯*		油菜	豆腐筍絲羹湯	香蕉	薑汁地瓜湯
3/10	一	軟式香蒜、鮮奶	彩椒肉片	韭菜花甜不辣	高麗菜	青木瓜排骨湯	奇異果	雞湯冬粉
3/11	二	清粥小菜	腰果雞丁*	蛤蠣蒸蛋*	滷白菜	蘑菇玉米濃湯	木瓜	奶黃包*、洛神花茶
3/12	三	肉燥麵	味噌鮭魚*	水蓮炒肉絲	娃娃菜	香菇雞湯	蘋果	玉米水餃
3/13	四	奶油通心麵湯	洋芋燒雞	玉米筍蘆筍	有機蔬菜	黃瓜雙餃湯*	芭樂	火腿三明治
3/14	五	喜多塊、豆漿	土魷魚羹飯*		油菜		葡萄	布丁鮮奶*
3/17	一	果麥脆片、鮮奶*	櫛瓜雞柳	芹菜炒花枝*	高麗菜	蕃茄蔬菜湯	小番茄	鮮蔬炒麵
3/18	二	南瓜米粉	橙汁里肌	客家小炒	A 菜	菜脯雞湯	蘋果	馬來糕*、黑豆茶
3/19	三	土司夾蔥蛋*	玉米瓜仔肉	番茄燒豆腐	空心菜	香菇九白菜湯	蓮霧	肉絲麵線
3/20	四	廣東粥	檸檬鯛魚*	三杯杏鮑菇	有機蔬菜	玉米蘿蔔排骨湯	木瓜	奶油餐包、燕麥奶
3/21	五	叉燒包、麥茶	咖哩飯		青花菜	銀魚味噌豆腐湯*	芭樂	紅豆薏仁湯
3/24	一	芋泥肉鬆捲、鮮奶*	親子丼	小黃瓜炒肉片	水蓮	山藥排骨湯	葡萄	烤地瓜
3/25	二	關東煮	蒜泥白肉	雙滷味	地瓜葉	黃豆芽雞湯	奇異果	什錦炒麵
3/26	三	香菇赤肉粥	茄汁雞柳	魚板蒸蛋*	高麗菜	牛蒡排骨湯	橘子	日式烏龍湯麵
3/27	四	花枝羹*	馬鈴薯燒肉	筍白筍炒肉絲	有機蔬菜	海芽蛋花湯	香蕉	醬燒小肉包、豆漿
3/28	五	生日蛋糕*	茄汁肉醬螺旋麵		花椰菜	巧達海鮮濃湯*	木瓜	蜜紅豆豆花
3/31	一	葡萄吐司、優酪乳*	梅菜燒肉	紅燒冬瓜	菠菜	福州魚丸湯*	蘋果	蘿蔔糕

◆本餐點表視物價波動、品質及其他臨時狀況，調整菜單內容。

◆食材來源一律使用國產豬、牛。

◆有「*」表示可能含有過敏原食材（甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品）提供參考。

