

# 東湖附幼 111學年度下學期 112年03月份餐點一覽表

日期	星期	上午點心	午 餐	水果	下午點心
3/1	三	奶黃包、麥茶	高麗菜米粉、茶香滷蛋、鳳梨苦瓜雞湯	芭樂	鮮蔬蛋花麵
2	四	水果、優格	炒三鮮、菜脯蛋、有機蔬菜、玉米排骨湯	香蕉	養生地瓜湯
3	五	番茄田園麵	茄汁洋蔥豬柳、清蒸豆腐、花椰菜、紫菜蛋花湯	葡萄	銅鑼燒、低糖豆漿
4	六				
5	日				
6	一	生日蛋糕、鮮奶	雞茸玉米蛋炒飯、空心菜、味噌豆腐湯	水梨	關東煮
7	二	雙拼水果	香煎鯛魚、清炒杏鮑菇、有機蔬菜、酸辣湯	哈密瓜	鍋燒意麵
8	三	鮮蔬肉絲羹	蔥香肉片、番茄炒蛋、地瓜葉、山藥雞湯	香蕉	鮮肉包、黑芝麻豆漿
9	四	水果、優酪乳	香滷棒腿、芹菜炒豆干、有機蔬菜、番茄蘿蔔湯	芭樂	小米粥
10	五	雞肉玉米粥	高麗菜水餃、滷蛋、酸辣湯	小番茄	草莓蛋糕、糙米漿
11	六				
12	日				
13	一	營養穀麥片、鮮奶	滑蛋豬肉燴飯、菠菜、香菇雞湯	蘋果	綠豆薏仁湯
14	二	雙拼水果	古早味控肉、有機蔬菜、玉米蒸蛋、紫菜湯	蓮霧	時蔬鮮菇麵線
15	三	雞絲麵	蔥燒雞丁、高麗菜、什錦毛豆、蘿蔔排骨湯	香蕉	珍珠丸、麥茶
16	四	水果、奶酪	馬鈴薯燒肉、蒜香吻仔魚、有機蔬菜、羅宋湯	葡萄	翡翠銀魚粥
17	五	鮮菇玉米粥	蔬菜蛤蜊湯麵、粉蒸排骨	芭樂	咖哩香蔥麵包、豆漿
18	六				
19	日				
20	一	蘿蔔糕、豆漿	義大利肉醬麵、高麗菜、南瓜濃湯	奇異果	米苔目湯
21	二	雙拼水果	塔香雞肉、清蒸豆腐、有機蔬菜、竹筍大骨湯	香蕉	日式烏龍麵
22	三	香菇米粉湯	香煎魚片、紅蘿蔔炒蛋、菠菜、海帶結排骨湯	芭樂	小籠包、紫菜湯
23	四	水果、糙米漿	腰果雞丁、豆芽炒麵腸、有機蔬菜、青木瓜排骨湯	蓮霧	排骨粥
24	五	蔬菜鹹粥	鮮蔬肉絲什錦炒烏龍、香菇雞湯	蘋果	關東煮
25	六		(校外教學餐盒)		
26	日				
27	一	營養穀麥片、鮮奶	什錦肉絲板條、小白菜、酸辣湯	蓮霧	桂圓八寶粥
28	二	雙拼水果	糖醋雞肉、玉米毛豆肉乾丁、有機蔬菜、蓮藕排骨湯	哈密瓜	雞蛋麵線
29	三	蔬菜拉麵	瓜仔肉燥、雙色蘿蔔、高麗菜、味噌豆腐湯	香蕉	芝麻包、麥茶
30	四	水果、優格	香酥豬排、吻魚炒蛋、有機蔬菜、蘿蔔鮮菇湯	葡萄	三元及第粥
31	五	菠菜魚片粥	鮮蔬肉絲炒麵、鳳梨苦瓜雞湯	水梨	鮮奶蛋三明治、鮮奶

※本菜單經豐得國際實業有限公司營養師郭環棻審閱予以建議設計，將依實際情形做調整。

※依衛福部公告之可能引起過敏食物，如魚、甲殼類、花生、芒果、堅果、蛋奶類等。

**※ 本園一律使用國產豬肉食材。**