財團法人台灣聖公會附設高雄市私立聖保羅幼兒園3月餐點計劃表 112.03

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 上午點心 | 午餐 | 水 果 | 下午點心 |
| 1 三  | 草莓吐司 牛奶 | 白米飯 蒜香香腸 蕃茄蛋 豆芽菜 蘿蔔肉絲湯 | 鳳梨 | 陽春麵 |
| 2 四 | 雞蛋麵線 | 咖哩雞燴飯 | 蘋果 | 麵包  |
| 3 五 | 蔬菜粥 | 胚芽米 香菇肉燥 玉米蛋 青江菜黃瓜丸子湯 | 芭樂 | 麵線糊 |
| 6 一 | 米苔目 | 白米飯 京醬肉絲 滷冬瓜 高麗菜蛋花湯 | 柳丁 | 綠豆湯 |
| 7 二 | 水餃 |  義大利麵 紫菜湯 | 蘋果 | 肉包 |
| 8 三 | 吻仔魚粥 | 五穀飯 洋蔥雞丁 紅蘿蔔炒蛋 小白菜冬瓜湯 | 芭樂 | 布丁 |
| 9 四 | 銀絲卷 枸杞茶 | 竹筍肉絲飯湯 | 柳丁 | 貢丸冬粉湯 |
| 10 五 | 麥片 牛奶 | 糙米飯 香煎豬排 五香百頁 油菜味噌湯 | 芭樂 | 瘦肉粥 |
| 13 一 | 肉絲麵線 | 白米飯 五香肉燥 螞蟻上樹 豆芽菜 昆布柴魚湯 | 柑橘 | 玉米濃湯 |
| 14 二 | 黑糖饅頭 豆漿 | 什錦炒麵 青菜豆腐湯 | 芭樂 |  蘿蔔糕湯 |
| 15 三 | 鹹粥 | 五穀飯 旗魚排 麻婆豆腐 青江菜 蘿蔔丸子湯 | 鳳梨 | 米粉羹 |
| 16 四 | 肉包 養生茶 | 香菇肉羹飯 | 蘋果 | 板條 |
| 17 五 | 蘋果麵包 牛奶 |  胚芽米 醬爆雞丁 黃瓜燴丸子 高麗菜 鮮菇湯 | 芭樂 | 雞蛋麵線 |
| 20 一 | 廣東粥 | 白米飯 瓜子肉 香菇麵筋 豆芽菜 南瓜玉米湯 | 蘋果 | 仙草蜜 |
| 21 二 | 麻油麵線 | 酸辣湯飯 | 芭樂 | 紅豆薏仁 |
| 22 三  | 饅頭 牛奶 | 糙米飯 肉燥 洋蔥蛋 高麗菜豆薯肉絲湯 | 柑橘 | 關東煮 |
| 23 四 | 三明治 麥茶 | 炸菜肉絲麵 | 蘋果 | 蔬菜吻仔魚粥 |
| 24 五 | 肉包 豆漿 | 五穀飯 金針肉絲 滷豆干 小白菜紫菜湯 | 柳丁 | 鬆餅 |
| 25 六 | 冬粉湯 | 肉絲燴飯 | 芭樂 | 綠豆薏仁 |
| 27 一 | 果醬吐司 枸杞茶 | 白米飯 肉絲豆干 滷海帶 油菜黃瓜丸子湯 | 鳳梨 | 肉鬆地瓜粥 |
| 28 二 | 饅頭 豆漿 | 大滷麵 | 蘋果 | 蔥油餅 |
| 29 三 | 芝麻包 牛奶 | 肉蛋吐司 麥克雞塊 薯條 | 芭樂 | 班級同樂會 |
| 30 四 | 板條 | 火煺蛋炒飯 | 柳丁 | 三明治 麥茶 |
| 31 五 | 法國麵包 豆漿 | 糙米飯 黑胡椒豬柳 芹菜豆干 高麗菜味噌湯 | 蘋果 | 紅豆湯 |
| 本園每日餐點均含全榖根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類 |