



臺南市快樂幼兒園 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	餐點類別檢核			
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
3/3	一	鮮奶饅頭+蘋果	素沙茶家常炒麵(高麗菜、木耳、小白菜、紅蘿蔔、蛋絲、香菇)+什錦菌菇湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
3/4	二	番茄蔬菜湯+蘋果	紫米飯+蘿蔔燉雞(紅白蘿蔔、雞肉、洋蔥)+蛋香高麗菜+肉骨茶湯	翡翠鮪魚粥	✓	✓	✓	✓
3/5	三	菇菇濃湯+蘋果	海鮮烏龍麵(魚丸、魚柳、蛤蜊、肉絲、高麗菜、豆芽菜、木耳)	奶酥麵包+紅棗茶	✓	✓	✓	✓
3/6	四	蔬菜蘇打餅+牛奶+芭樂	臺南米糕+肉鬆+醃漬小黃瓜+排骨四神湯	時蔬雞絲麵	✓	✓	✓	✓
3/7	五	豆腐天婦羅湯+芭樂	洋蔥燒肉井(洋蔥、豬肉、紅蘿蔔、洋蔥)+炒青江菜+紫菜蛋花湯	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
3/10	一	翡翠玉米粥+芭樂	五穀飯+雙菇醬滷油豆腐+清炒大白菜+青菜蛋花湯	蛋絲杏鮑菇湯麵	✓	✓	✓	✓
3/11	二	芝麻饅頭+芭樂	什錦豬肉蕎麥麵(番茄、高麗菜、大白菜、紅蘿蔔、香菇、肉絲、洋蔥)	蘿蔔關東煮	✓	✓	✓	✓
3/13	三	莧菜豆腐羹+柳丁	五穀飯+味噌醬燒雞(洋蔥、杏鮑菇、雞腿肉)+炒菠菜+蘿蔔排骨湯	鮮奶吐司+牛奶	✓	✓	✓	✓
3/13	四	芝麻包+柳丁	紅藜飯+洋芋豬肉咖哩(馬鈴薯、紅蘿蔔、豬肉)+蒜香油菜+豆薯貢丸湯	春雨味噌湯	✓	✓	✓	✓
3/14	五	葡萄乾燕麥牛奶+鳳梨	筍絲鮮魚粥(魚柳、玉米、紅蘿蔔絲、香菇、筍絲)+肉鬆	蔬菜水餃湯	✓	✓	✓	✓
3/17	一	奶皇包+芭樂	糙米飯+素麻婆豆腐+蒜香尼龍菜+番茄菇菇湯	當歸麵線	✓	✓	✓	✓
3/18	二	豆漿+蘋果	紅燒軟骨麵(紅白蘿蔔、香菇、豬軟骨、小白菜)	紅豆紫米湯	✓	✓	✓	✓
3/19	三	絲瓜麵線+鳳梨	日式親子丼飯(雞肉、雞蛋、洋蔥)+蒜炒蒲仔+莧菜豆腐湯	奶油麵包+牛奶	✓	✓	✓	✓
3/20	四	玉米雞肉粥+鳳梨	古早味肉燥乾麵(滷豆干、海帶、豆芽菜、小白菜)+香菇雞湯	黑糖銀耳露	✓	✓	✓	✓
3/21	五	元氣蔬菜湯+蘋果	胚芽飯+泰式打拋豬(豬絞肉、番茄、九層塔)+炒油菜+冬瓜排骨湯	時蔬板條湯	✓	✓	✓	✓
3/24	一	全麥饅頭+芭樂	豆皮菇菇日式湯麵(豆皮、杏鮑菇、金針菇、高麗菜、雞蛋)	高麗菜鹹粥	✓	✓	✓	✓
3/25	二	玉米脆片+牛奶+芭樂	小米飯+照燒翅小腿(小雞腿、海帶)+大黃瓜炒甜不辣+羅宋湯	肉燥米粉湯	✓	✓	✓	✓
3/26	三	雞蓉豆腐羹+蘋果	高麗菜水餃(高麗菜、豬絞肉)+玉米濃湯	葡萄吐司+決明子茶	✓	✓	✓	✓
3/27	四	豆漿+蘋果	味噌豚骨拉麵(高麗菜、小白菜、紅蘿蔔、豬肉絲、香菇、木耳)	香菇筍絲粥	✓	✓	✓	✓
3/28	五	銀絲卷+芭樂	芝麻飯+滷肉(滷肉、滷蛋、滷豆干)+奶香炒銀芽+海芽金針湯	香菇肉羹麵線	✓	✓	✓	✓
3/31	一	黑糖饅頭+芭樂	藥膳蔬食湯麵(豆包、大白菜、紅蘿蔔絲、秀珍菇、木耳)	玉米南瓜粥	✓	✓	✓	✓

★本園一律使用國產豬肉、雞肉及蛋 ★每日提供當季水果

★餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，如遇特殊狀況(颱風、退貨、物價)，將會做適當調整，

且不另做公告，不便之處敬請見諒！

★本園有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品，

以上食材幼生如有禁忌，請主動告知老師！

園長核章：



快樂托嬰中心 副食品餐點表

單週週次

雙週週次

星期一

枸杞鮮蔬小魚粥

藜麥地瓜小豬粥

星期二

蛋香咕雞粥

瓜瓜鮮魚粥

星期三

青花小豬粥

鮮菇小雞粥

星期四

翡翠魚魚粥

金瓜豬豬粥

星期五

瓜瓜小雞粥

蒜香魚魚粥

※副食粥品採用慈心認證有機白米、國產豬肉每日鮮煮

※餐點表若因食材無法供應，則依當日購買食材進行微調。

