

臺南市私立法王子托嬰中心 108 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	五穀根莖類	魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2	一	吐司	鮪魚蔬菜炒飯 瓜仔雞湯 當季水果	羅宋麵包 牛奶	米飯、 羅宋麵包	鮪魚、牛奶	洋蔥、香菇、 青豆仁、蔬菜、 瓜類	香蕉
3	二		清燉豬肉麵 當季水果	煎餃+豆漿	麵條、煎餃	豬肉、豆漿	紅蘿蔔、香菇、 青菜、白蘿蔔	蘋果
4	三		豆干滷肉飯 蔬菜豆腐湯 當季水果 有機時蔬	黑糖粉圓	米飯	肉燥、 豆腐、豆干	時蔬、蔥、洋蔥	西瓜
5	四		菇菇蔬菜雞肉粥 當季水果	養生饅頭 牛蒡茶	米飯、饅頭	雞肉	綜合菇、青江菜、 時蔬、牛蒡	芭樂
6	五		雞肉蔬菜燴飯 菇菇湯 當季水果	蔬菜餛飩湯	米飯、玉米、 麵皮	餛飩、雞肉	紅蘿蔔、時蔬、 綜合菇、洋蔥	葡萄
9	一		吐司	蝦仁花椰菜炒飯 味噌豆腐湯 當季水果	牛角麵包 牛奶	米飯、麵包	蝦仁、牛奶、 豆腐	香菇、三色豆、 花椰菜
10	二	野菜湯麵 當季水果		水煮蛋 冬瓜茶	麵條	蛋、肉絲	豆芽菜、韭菜、 高麗菜、木耳、 時蔬、冬瓜	木瓜
11	三	蘿蔔香菇肉燥 海帶味噌湯 有機時蔬 當季水果		仙草蜜	米飯	絞肉、肉燥	香菇、蘿蔔、海 帶、洋蔥、 仙草蜜	香蕉
12	四	吻仔魚蔬菜粥 當季水果		三角葡萄饅頭 酸梅汁	米飯、饅頭、 酸梅	吻仔魚、雞蛋	時令蔬菜	蘋果
13	五	豬排蔬食堡 百菇湯 當季水果		養生芝麻糊	漢堡、芝麻	豬排	時蔬、菇、洋蔥	鳳梨

16	一	吐 司	茄汁蛋炒飯 奶香濃湯 當季水果	可頌麵包 牛奶	米飯、麵包	雞肉、牛奶、 雞蛋	三色豆、洋蔥、 蕃茄	西瓜
17	二		鮮菇梅花肉湯麵 當季水果	蔬菜丸子 決明子茶	麵條	梅花肉	鮮菇、金針菇、 蔥、芹菜、時蔬	芭樂
18	三		醬燒魯香菇 金針貢丸湯 當季水果 有機時蔬	紅棗銀耳湯	米飯	貢丸、肉絲	時蔬、紅蘿蔔、 乾香菇、紅棗、 銀耳、金針	木瓜
19	四		廣東粥 當季水果	芝麻饅頭 黃金柚子茶	米飯、 芝麻饅頭	肉絲、魚板	銀耳、洋蔥、 時蔬、香菇	蘋果、 黃金柚子
20	五		奶香菇菇燴飯 海帶芽肉絲湯 當季水果	冬菜冬粉湯	米飯、冬粉	肉絲、牛奶	洋蔥、香菇、 青豆、冬菜 海帶芽芹菜	小蕃茄
23	一	吐 司	肉絲蛋炒飯 什錦蔬菜湯 當季水果	五穀麵包 牛奶	米飯、玉米	肉絲、雞蛋 牛奶、豆類	紅蘿蔔、三色 豆、洋蔥	香蕉
24	二		海鮮什錦拉麵 當季水果	芋頭西米露	麵條、芋頭西 米露	魚板、蝦仁 、花枝	洋蔥、三色豆 、時蔬、芹菜	蘋果
25	三		馬鈴薯燉肉飯 榨菜肉絲湯 當季水果 有機時蔬	檸檬愛玉蜜	米、馬鈴薯	豬肉、肉絲	豌豆、時蔬、 榨菜	檸檬、西瓜
26	四		叻仔魚玉米蔬菜粥 當季水果	有機饅頭 洛神茶	米飯、饅頭 玉米	叻仔魚、肉絲	高麗菜、洋蔥、 紅蘿蔔、牛蕃茄	鳳梨
27	五		蕃茄豬肉義大利麵 玉米濃湯 當季水果	關東煮	麵條、玉米	雞蛋、豬肉、 魚漿、米血	茄汁、三色豆 、白蘿蔔	蕃茄、香蕉
30	一	吐 司	奶油蔬食炒飯 蘿蔔豬肉湯 當季水果	奶酥麵包 麥茶	米飯、麵包	豬肉	洋蔥、紅蘿蔔、 三色豆、時蔬	木瓜
31	二		台式炒麵 紫菜蛋花湯 當季水果	果醬吐司 養生茶	麵條、吐司	魚板、蝦仁 、肉絲、蛋	洋蔥、三色豆、 豆芽菜、蝦米 、紫菜	枸杞、蘋果

以上菜單會因應季節、食材供應而有所更動！