

臺南市私立法王子托嬰中心 109 學年度第一學期 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	二	吐司	養身藥膳豬肉湯麵 當季水果	餛飩蛋花湯	麵條、餛飩皮	蛋、豬肉	紅蘿蔔、香菇、 高麗菜、白蘿蔔	當季水果
3	三		糖醋雞肉蓋飯 海帶豆腐蔬菜湯 有機時蔬 當季水果	西米露	米飯、西米露	豆腐、雞肉	香菇、白菜、 甜椒、空心菜、 海帶	當季水果
4	四		豬肉高麗菜粥 當季水果	芝麻饅頭 黃金柚子茶	米飯、 芝麻饅頭	豬肉	高麗菜、時菇、 玉米粒	當季水果
5	五		雞排蔬食堡 蔬菜豬肉湯 當季水果	水煮蛋 洛神花	漢堡、吐司、	雞肉、豬肉、 蛋	蕃茄、白蘿蔔、 芹菜、白菜、洛 神花	當季水果
8	一	吐司	花椰菜蛋炒飯 芹菜貢丸湯 當季水果	羅宋麵包 杏仁茶	米飯、麵包 、四神、薏仁	蛋、牛奶、貢 丸	綜合菇、時蔬、 花椰菜、青豆 仁、芹菜	當季水果
9	二		台式炒麵 豆腐蔬菜湯 當季水果	甜甜圈 牛奶	麵條、甜甜圈	蛋、肉絲、豆 腐、牛奶	白菜、豆芽菜、 香菇	當季水果
10	三		瓜仔肉燥飯 大黃瓜魚丸湯 當季水果 有機時蔬	焦糖豆花	米飯、豆花	絞肉、魚丸	大黃瓜、芹菜、 時蔬、瓜仔	當季水果
11	四		養生菇菇粥 當季水果	五穀饅頭 麥茶	米飯、五穀饅 頭	豬肉	時蔬、綜合菇類	當季水果
12	五		白醬義大利麵 南瓜濃湯 當季水果	果醬吐司 枸杞茶紅棗茶	麵條、吐司	雞蛋、雞肉	菇類、南瓜、枸 杞、玉米	當季水果
15	一	吐司	鮭魚蔬菜蛋炒飯 瓜仔雞湯 當季水果	起司麵包 牛奶	米飯、麵包	鮭魚、雞蛋、 雞肉、起司	紅蘿蔔、時蔬、 大黃瓜、瓜仔	當季水果
16	二		海鮮滑蛋麵 當季水果	桂圓銀耳湯	麵條	豬肉、蝦仁、 雞蛋、花枝、 雞肉絲	菇類、洋蔥、時 蔬、桂圓銀耳	當季水果

17	三	吐 司	蘿蔔燉豬肉飯 日式海帶芽湯 有機時蔬 當季水果	山粉圓	米飯、山粉圓	豬肉	時蔬、紅蘿蔔、 海帶芽、玉米粒	當季水果
18	四		菇菇蔬菜雞肉粥 當季水果	銀絲卷 牛蒡茶	米飯、銀絲卷	雞肉	綜合菇、 時蔬、牛蒡	當季水果
19	五		什錦菇菇燴飯 海帶芽肉絲湯 當季水果	番茄雞蛋麵線	米飯、麵線	肉絲、貢丸、 雞蛋	番茄、洋蔥、香 菇、海帶芽、時 蔬	當季水果
22	一	吐 司	夏威夷炒飯 蕃茄蛋花湯 當季水果	菠蘿麵包 豆漿	米飯、麵包	豆漿、雞蛋	香菇、時蔬、青 椒、蕃茄	當季水果
23	二		海鮮什錦飯條 當季水果	麥片牛奶	麵條、麥片	蛋、肉絲、蝦 仁、花枝、牛 奶	高麗菜、菇類、 豆芽菜、紅蘿蔔	當季水果
24	三		茄汁蛋豆腐飯 菇菇肉絲湯 有機時蔬 當季水果	愛玉蜜	米飯	肉絲、雞蛋、 豆腐	時蔬、菇類、愛 玉	當季水果
25	四		廣東粥 當季水果	紅豆饅頭 酸梅汁	米飯、紅豆饅 頭	豬肉、雞蛋、 皮蛋、豬肝	香菇、高麗菜 芋頭、蔥、芹菜	當季水果
26	五		雞肉蔬菜燴飯 養生藥膳湯 當季水果	什錦米苔目	米飯、麵皮、 米苔目	雞肉、雞蛋	紅蘿蔔、大黃 瓜、綜合菇、玉 米粒、紅棗	當季水果
29	一	吐 司	黃金南瓜蛋炒飯 蔬菜湯 當季水果	可頌麵包 冬瓜檸檬	麵包	雞蛋	南瓜、菇類、白 蘿蔔、時蔬	當季水果
30	二		鮮菇梅花肉湯麵 當季水果	果醬吐司 豆漿	吐司、麵條	豬肉、豆漿	菇類、時蔬、 木耳	當季水果
31	三		醬燒魯肉飯 金針肉絲湯 當季水果 有機時蔬	蔬菜丸子 菊花茶	米飯、丸子	絞肉、雞肉絲	時蔬、金針菇	當季水果

以上菜單會因應季節、食材供應而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》