

台南市私立麻豆樂人幼兒園 110 年 03 月份幼生菜單

※本園餐點採兩週輪替方式進行(單週:每月 1.3.5 週、雙週:每月 2.4 週)。 ※本園一律使用國產豬
 ※餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。 ※蔬菜、水果以季節性出產品為主。

日期	上午點心		中午午餐				下午點心	
	餐點	食材	餐點	食材			餐點	食材
3/2 (二)	肉羹麵	魚羹丸 關廟麵 蒜頭酥 筍絲	麥片飯	米+麥片			黑糖饅頭 麥茶	黑糖饅頭 麥茶
3/16 (二)			筍干爌肉	筍乾+絞肉+薑+蒜+蔥				
3/30 (二)			新鮮蔬菜	小黃瓜+木耳				
			紫菜魚丸蛋花湯	紫菜+蛋+小魚丸+蔥花				
			時令水果	香蕉🍌	柳丁🍊	蘋果🍏		
3/3 (三)	皮蛋瘦肉粥	白飯 鹹蛋 皮蛋 肉絲 蔥花	麥片飯	米+麥片			蝦米肉絲米 粉湯	蝦米 肉絲 韭菜 米粉
3/17 (三)			鹹魚肉絲炒飯	鹹魚+肉絲+高麗菜+蛋+蔥花				
3/31 (三)			冬瓜蛤蜊湯	冬瓜+蛤蜊+薑絲				
			時令水果	蘋果🍏	橘子	橘子		
3/4 (四)	翡翠銀魚粥	波菜 銀魚 白飯 蒜頭	麥片飯	米+麥片			綠豆薏仁湯	綠豆 大薏仁
3/18 (四)			樹子蒸魚	樹子+虱目魚肉+薑絲				
			新鮮蔬菜	冬白菜+金針菇+扁魚				
			黃瓜香菇丸湯	大黃瓜+香菇丸				
			時令水果	香蕉🍌	蘋果🍏	香蕉🍌		
3/5 (五)	海鮮拉麵	白菜 蝦 魚板 麵 蛋	芝麻飯	飯+芝麻			榨菜肉絲麵	榨菜絲 拉麵 肉絲
3/19 (五)			洋蔥雞柳	洋蔥+雞肉+蔥+蒜頭				
			新鮮蔬菜	白花菜+香菇+蔥				
			金草肉絲湯	金金菇+肉絲+豆苗				
			時令水果	橘子🍊	橘子🍊			
3/8 (一)	吐司 牛奶	草莓果醬 鮮奶 吐司 牛奶	麥片飯	米+麥片			鮮肉包 紫菜蛋花湯	鮮肉包 紫菜 蛋 蔥花
3/22 (一)			瓜仔肉末	絞肉+醬瓜+蔥花				
			新鮮蔬菜	高麗菜+胡蘿蔔絲+蒜頭				
			清蒜海底雞湯	海底雞罐+香菇+豆腐+肉絲+蒜苗				
			時令水果	柳丁🍊	蘋果🍏			
3/9 (二)	清粥小菜	白飯 海苔肉鬆 紅蘿蔔 蛋	麥片飯	米+麥片			擔仔麵	韭菜 肉絲 蛋 關廟麵
3/23 (二)			南瓜燒肉	南瓜+肉絲+油蔥酥+蔥				
			新鮮蔬菜	花椰菜+香菇+蒜頭				
			菠菜豬肝湯	菠菜+豬肝+薑絲				
			時令水果	蘋果🍏	橘子🍊			
3/10 (三)	版條肉絲湯	版條 肉絲 韭菜 蝦米	白飯	白飯			關東煮	白蘿蔔 香菇丸 黑輪 米血
3/24 (三)			紅燒獅子頭	肉丸+柴魚+太白粉+醬油				
			新鮮蔬菜	油菜+秀珍菇+蒜頭				
			瓜子雞肉湯	醬瓜+雞胸肉+蔥段				
			時令水果	蘋果🍏	柳丁🍊			
3/11 (四)	鍋燒意麵	意麵 香菇丸 白菜 肉絲	地瓜飯	米+地瓜			虱目魚粥 蛋糕 杯子蛋糕	白飯 虱目魚 蒜頭酥 蛋糕 杯子蛋糕
3/25 (四)			客家小炒	絞肉+豆干+乾魷魚+豆蔕+芹菜				
			新鮮蔬菜	青江菜+蒜頭				
			金針肉絲湯	金針花+肉絲+蔥				
			時令水果	香蕉🍌	柳丁🍊			
3/12 (五)	玉米濃湯	杏包菇 玉米粒 馬鈴薯 紅蘿蔔 蛋	芝麻飯	飯+芝麻			木耳養生湯	白木耳 紅棗 蓮子 枸杞
3/26 (五)			芥藍炒肉絲	芥藍菜+肉絲+蔥+沙茶醬				
			新鮮蔬菜	番茄+蛋+蔥+豆腐				
			大頭菜湯	大頭菜+香菇丸+蔥				
			時令水果	香蕉🍌	蘋果🍏			
3/15 (一)	蔬菜蘿蔔糕湯	蘿蔔糕 白菜	麥片飯	米+麥片			鍋燒雞絲麵	雞絲麵 火鍋丸 白菜 蛋
3/29 (一)			醬爆肉絲	肉絲+醬料+胡蘿蔔+金針菇+蒜頭				
			新鮮蔬菜	高麗菜+香菇+蒜頭				
			豆薯蛋花湯	豆薯+蛋+蔥花				
			時令水果	柳丁🍊	蘋果🍏			

園長核章：

餐點設計：李緣惠