



臺中市陳平非營利幼兒園 幼兒餐點表【114年03月】



第一週	3/3 (一)	3/4 (二)	3/5 (三)	3/6 (四)	3/7 (五)
早點	黑糖捲+牛奶	埔里水粉湯	田園濃湯	養生山藥粥	蔥酥蘿蔔糕湯
午餐	(高纖麥片飯) 花生 紅蘿滷麵輪 大瓜燴炒 季節時蔬 玉米蛋花湯 四季水果	(紅藜飯) 蒸肉丸子 韭香煎蛋 季節時蔬 結頭菜排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 生炒花枝 冬瓜滷肉茸 季節時蔬 柴魚油腐湯 四季水果	炸醬麵 季節時蔬 蔬菜雞湯 四季水果	(營養糙米飯) 鳳梨雞丁 炒什香菜 季節時蔬 黃金蚬湯 四季水果
午點	營養味噌豆腐鍋	甜八寶	大菜包	全麥吐司+牛奶	傳統豆花
第二週	3/10 (一)	3/11 (二)	3/12 (三)	3/13 (四)	3/14 (五)
早點	饅頭+牛奶	什錦湯麵	香甜起司玉米	蘿蔔絲冬粉湯	雙蛋肉茸粥
午餐	(健康小米飯) 塔香大黑干 紅蔘炒蛋 季節時蔬 養生菇菇湯 四季水果	(小薏仁飯) 醬爆肉絲 洋蔥甜條 季節時蔬 紫菜蛋花湯 四季水果	(香香 芝麻 飯) 香炒叻仔魚 麻婆豆腐 季節時蔬 健康花菜湯 四季水果	香菇雞肉飯 炒三蔬 黃芽排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 蒼蠅頭 白菜滷 季節時蔬 金針湯 四季水果
午點	葡萄乾甜麥角	芋頭排骨湯	鮮肉湯包+大麥飲	紅豆湯	馬拉糕+牛奶
第三週	3/17 (一)	3/18 (二)	3/19 (三)	3/20 (四)	3/21 (五)
早點	穀類脆片+牛奶	雞絲麵	蔬菜地瓜小魚湯	糙米香+牛奶	糙米排骨粥
午餐	(高纖麥片飯) 五香油腐 蕃茄炒蛋 季節時蔬 一品冬瓜湯 四季水果	(營養糙米飯) 金菇炒魚 豆薯燒麵腸 季節時蔬 木須肉片湯 四季水果	(養生紫米飯) 蔥炒肉片 小瓜四色 季節時蔬 豆腐雞骨湯 四季水果	台式炒麵 季節時蔬 海菜蛋花湯 四季水果	(香香 松子 飯) 芋香雞 茶碗蒸 季節時蔬 黃瓜肉絲湯 四季水果
午點	台式鹹粥	桂圓綠豆蒜	餡餅+檸檬飲	紅藜上海菜飯	生日蛋糕
第四週	3/24 (一)	3/25 (二)	3/26 (三)	3/27 (四)	3/28 (五)
早點	銀絲捲+牛奶	擔仔麵	洋芋鹹粥	高麗菜水餃	越式河粉湯
午餐	(營養糙米飯) 麻油杏鮑菇 蔥香煎蛋 季節時蔬 芹香腐皮湯 四季水果	(高纖麥片飯) 鹽水雞 咖哩凍豆腐 季節時蔬 青木瓜排骨湯 四季水果	(香香 芝麻 飯) 蒜香炒絞肉 綠菠炒蛋 季節時蔬 味噌金菇湯 四季水果	玉米蛋炒飯 蘿蔔燻肉 蔬菜排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 豆腐蒸魚 蛋香炒什錦 季節時蔬 蕃茄肉片湯 四季水果
午點	南瓜濃湯	山粉圓愛玉	廣式燒賣+決明子飲	吐司+牛奶	紅棗小米粥
第五週	3/31 (一)				
早點	饅頭+牛奶				
午餐	(燕麥飯) 紅燒麵腸 鮮菇蒸蛋 季節時蔬 蘿蔔昆布湯 四季水果				
午點	餛飩湯				



美麗人生空中超市(股)有限公司

※ 本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、含麩質之穀物及其上述所列製品，不適合對其過敏者食用。 幼兒如有過敏 家長請事先告知

※ 因市場供需，餐點會彈性調整



本園餐點一律使用國產CAS豬肉與CAS雞肉

