| 台南市私立名人幼兒園110學年度第二學期3月餐點表 |
| --- |
| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午餐 | 水果 | 下午點心 | 全穀根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 二 | 玉米蛋粥 | 夏威夷炒飯〈鳳梨.肉.菜豆.火腿紅蘿蔔〉、鮮菇肉骨湯 | 火龍果 | 南瓜濃湯(鮮奶洋蔥馬鈴薯) |  |  |  |  |
| 2 | 三 | 肉燥湯麵(絞肉紅蘿蔔) | 香腸炒飯(香腸紅蘿蔔.蛋.青豆)冬瓜味增湯 | 芭樂 | 小米粥 |  |  |  |  |
| 3 | 四 | 吻仔魚翡翠粥 | 番茄蛋包飯〈番茄..碎肉.火腿.青椒玉米.蛋〉.小魚莧菜湯. | 香蕉 | 蔬菜麵(高麗菜) |  |  |  |  |
| 4 | 五 | 滑蛋絲瓜粥 | 日式排骨拉麵〈白菜.豬排.蛋 | 木瓜 | 豆腐味增湯 |  |  |  |  |
| 5 | 六 |  | . **週 休** |  |  |  |  |  |  |
| 6 | 日 |  | **週 休** |  |  |  |  |  |  |
| 7 | 一 | 蛋花麵線 |  榨菜肉絲乾麵〈滷蛋.白菜.榨菜肉絲〉黃瓜貢丸湯. | 蘋果 | 蛋花肉粥(蛋.絞肉) |  |  |  |  |
| 8 | 二 | 竹筍鹹粥 | 青椒肉絲玉米蛋炒飯.香菇雞湯. | 香蕉 | 蔬菜麵(韭菜) |  |  |  |  |
| 9 | 三 | 青菜豆腐湯(小白菜.豆腐) | 滷肉..海帶豆乾韭菜.炒蛋.豆薯蛋花湯 | 香蕉 | 綠豆湯 |  |  |  |  |
| 10 | 四 |  **清粥小菜(肉鬆)** | **八寶蛋炒飯〈肉絲.蛋.魚板.青椒.蛋絲.蝦米〉黃瓜魚丸湯、** | **香蕉** | 紅豆湯 |  |  |  |  |
| 11 | 五 | 玉米濃湯(玉米鮮奶蛋馬鈴薯蛋) | 絲瓜肉粥(絲瓜.絞肉紅蘿蔔) | 木瓜 | 全麥土司豆漿 |  |  |  |  |
| 12 | 六 |  | **週 休** |  |  |  |  |  |  |
| 13 | 日 |  | **週 休** |  |  |  |  |  |  |
| 14 | 一 | 麥片蛋花粥 | 香腸炒飯 燙地瓜葉.豆腐味增湯(香腸蛋洋蔥地瓜葉 豆腐)  | 木瓜 | 綠豆湯 |  |  |  |  |
| 15 | 二 | 肉燥蛋粥(絞肉蛋) | 香菇滷肉飯(香菇竹筍紅蘿蔔肉絲) | 香蕉 | 滑蛋麵線 |  |  |  |  |
| 16 | 三 | 蛋花麵線 | 什錦炒麵〈肉絲.蝦米.紅蘿蔔.高麗菜. | 西瓜 | 芋頭鹹粥(芋頭絞肉 |  |  |  |  |
| 17 | 四 | 高麗菜蛋粥 | 鮪魚炒飯〈罐頭鮪魚.玉米.洋蔥蛋〉.冬瓜味增湯 | 火龍果 | 紅豆薏仁湯 |  |  |  |  |
| 18 | 五 | 蔬菜麵(地瓜葉.絞肉) | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋絞肉蛋洋蔥) | 木瓜 | 全麥吐司.豆漿 |  |  |  |  |
| 19 | 六 |  | . **週 休** |  |  |  |  |  |  |
| 20 | 日 |  | . **週 休** |  |  |  |  |  |  |
| 21 | 一 | 絲瓜麵線 | 海產什錦粥〈吻魚..蛤蜊.蝦米筍絲.絞肉紅蘿蔔〉. | 芭樂 | 吐司 豆漿 |  |  |  |  |
| 22 | 二 | 紅蘿蔔肉末粥 | 義大利麵(蛤蠣番茄絞肉花椰菜洋蔥番茄醬) | 小番茄 | 小西點.冬瓜茶 |  |  |  |  |
| 23 | 三 | 玉米滑蛋粥 | 南瓜肉燥飯.青菜.豆腐蛋花湯(南瓜絞肉青江菜蝦米豆腐.蛋) | 芭樂 | 芋頭湯麵(芋頭絞肉) |  |  |  |  |
| 24 | 四 | 鍋燒意麵(魚板蛤蠣蛋肉絲) | 滷豆腐、肉絲炒小.黃瓜蘿蔔排骨湯.(豆腐豬肉絲) | 香蕉 | 肉燥芋頭粥 |  |  |  |  |
| 25 | 五 | 玉米蛋粥 | 蔬菜粥(青江菜紅蘿蔔豆薯絞肉蝦米) | 蘋果 | 吐司豆漿 |  |  |  |  |
| 26 | 六 |  | . **週 休** |  |  |  |  |  |  |
| 27 | 日 |  | **週 休** |  |  |  |  |  |  |
| 28 | 一 | 絲瓜粥(絲瓜.絞肉) | 竹筍飯.蒸蛋(竹筍絞肉紅蘿蔔) | 香蕉 | 麥片粥 |  |  |  |  |
| 29 | 二 | 鍋燒意麵(魚板蛤蠣蛋肉絲) | 白米飯.滷豆腐、肉絲炒小黃瓜蘿蔔排骨湯.(豆腐豬肉絲) | 香蕉 | 肉燥芋頭粥 |  |  |  |  |
| 30 | 三 | 蛋花麵線 |  **高麗菜飯(香菇.肉末紅蘿蔔.木耳)** | 芭樂 | 綠豆薏仁湯 |  |  |  |  |
| 31 | 四 | 蛋花肉粥(蛋.絞肉) | 嘎哩飯.海帶味增湯(絞肉.馬鈴薯玉米粒洋蔥紅蘿蔔海帶) | 香蕉 | 蔬菜湯麵(空心菜絞肉) |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

\*您的寶寶若對某種食物產生過敏或有禁忌…等，請事先告知老師。