

小森林幼兒園 114 年 03 月份餐點類別檢核表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
3	一	五香螺絲粉	雞米花+紅燒冬瓜+青菜+三絲湯	地瓜芋圓	√	√	√	√
4	二	豬肝粥	回鍋肉+開陽蘿蔔+青菜+榨菜肉絲湯	韭香米粉	√	√	√	√
5	三	麻油麵線	芋頭三丁+白菜粉絲+青菜+芽菜湯	奶酥麵包+麥茶	√	√	√	√
6	四	酸辣湯餃	瓜子肉+家常豆腐+青菜+海帶大骨湯	台南意麵	√	√	√	√
7	五	吐司+麥茶	什錦燴飯+山藥大骨湯	海鮮粥	√	√	√	√
10	一	香菇麵線	壽喜燒+燴時蔬+青菜+洋蔥味噌湯	紅豆薏仁	√	√	√	√
11	二	燕麥粥	黃金花枝丸+番茄炒蛋+青菜+牛蒡湯	三絲冬粉	√	√	√	√
12	三	烏龍麵	豆鼓肉醬+螞蟻上樹+青菜+冬瓜大骨湯	關東煮	√	√	√	√
13	四	蟹肉羹	中華炒麵+芋頭大骨湯	鮮奶饅頭+紫菜湯	√	√	√	√
14	五	數字餅+濃湯	滷雙色+毛豆乾丁+青菜+火鍋湯	南瓜元氣粥	√	√	√	√
17	一	青蔬麵線	三杯雞+開陽白菜+青菜+雙色蘿蔔湯	綠豆粉圓	√	√	√	√
18	二	吻仔魚粥	酥炸里肌+紅絲炒蛋+青菜+海芽味噌湯	沙茶肉羹米粉	√	√	√	√
19	三	小籠包+豆漿	故鄉滷肉飯+青菜+黃瓜貢丸湯	美隆板條	√	√	√	√
20	四	鴨肉冬粉	味噌燒肉+酸菜毛豆+青菜+黃豆大骨湯	小饅頭+蛋花湯	√	√	√	√
21	五	叮噹蛋糕+麥茶	洋芋燒肉+炒三色+青菜+冬瓜蛤蠣湯	玉米肉粥	√	√	√	√
24	一	什錦麵線	炸甜不辣+西滷白菜+青菜+味噌豆腐湯	紅豆燕麥	√	√	√	√
25	二	皮蛋瘦肉粥	豬肉水餃+酸辣湯	芝麻包+麥茶	√	√	√	√
26	三	韭香米苔目	蒸肉餅+豆瓣粉絲+青菜+五行湯	油豆腐細粉	√	√	√	√
27	四	番茄麵疙瘩	咖哩雙色+玉米燴蛋+青菜+哈佛精力湯	克林姆麵包+麥茶	√	√	√	√
28	五	法國餅+玉米濃湯	紅燒蘿蔔+芽菜三絲+青菜+薏仁去濕湯	山藥粥	√	√	√	√
31	一	滑蛋麵線	和風雞丁+燴黃瓜+青菜+柴魚味噌湯	綠豆銀耳	√	√	√	√

每日午餐均附有新鮮水果

本園一律使用國產豬