

## 小森林幼兒園 115 年 3 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
2	一	大滷湯餃	壽喜燒+西滷白菜+青菜+三絲湯	肉燥冬粉	√	√	√	√
3	二	糙米肉粥	酥炸里肌+番茄炒蛋+青菜+蘿蔔湯	元宵湯圓	√	√	√	√
4	三	玉米巧達湯	京醬肉絲+芹香粉絲+青菜+冬瓜大骨湯	烏龍麵	√	√	√	√
5	四	什錦麵線	醃醬麵+芋頭大骨湯	黑糖饅頭+青蔬湯	√	√	√	√
6	五	數字餅+麥茶	滷雙色+毛豆乾丁+青菜+小魚青蔬湯	南瓜元氣粥	√	√	√	√
9	一	青蔬麵線	安東燉雞+蔬菜羹+青菜+雙色蘿蔔湯	綠豆粉圓	√	√	√	√
10	二	廣東粥	冬瓜燜肉+五蔬蛋+青菜+海芽湯	日式鍋燒麵	√	√	√	√
11	三	小籠包+豆漿	故鄉滷肉飯+青菜+黃瓜貢丸湯	美濃板條	√	√	√	√
12	四	大根燒麵	花生麵筋+炒三色+青菜+黃豆大骨湯	奶皇包+海芽湯	√	√	√	√
13	五	蘋果麵包+麥茶	沙茶豬柳+麻婆豆腐+青菜+冬瓜蛤蠣湯	玉米肉粥	√	√	√	√
16	一	滑蛋麵線	香酥天婦羅+蒸蛋+青菜+日式豆腐湯	紅豆燕麥	√	√	√	√
17	二	鴨肉冬粉	瓜子肉+什錦豆腐+青菜+白菜腐皮湯	素湯麵	√	√	√	√
18	三	吻魚高鈣粥	義大利麵+哈佛精力湯	奶酥麵包+麥茶	√	√	√	√
19	四	麵疙瘩	咖哩雙色+玉米燴蛋+青菜+蘿蔔大骨湯	韭香米粉	√	√	√	√
20	五	吐司+牛奶	蒸肉餅+豆瓣粉絲+青菜+五行湯	芋香肉粥	√	√	√	√
23	一	蘿蔔糕湯	雞米花+時蔬燴蛋+青菜+洋蔥湯	地瓜芋圓	√	√	√	√
24	二	燕麥粥	蘿蔔燒肉+木耳干片+青菜+刈菜湯	台南意麵	√	√	√	√
25	三	香菇麵線	肉絲蛋炒飯+山藥湯	雙色饅頭+麥茶	√	√	√	√
26	四	三絲冬粉	芋頭三丁+素汶冬瓜+青菜+牛蒡養生湯	沙茶米粉	√	√	√	√
27	五	法國餅+南瓜濃湯	玉米肉醬+蒜香豆腐+青菜+海帶大骨湯	海鮮粥	√	√	√	√
30	一	香菇麵線	三杯雞+燴時蔬+青菜+冬瓜枸杞湯	綠豆薏仁	√	√	√	√
31	二	南瓜粥	味噌燒肉+沙爹粉絲+青菜+薏仁去濕湯	大滷麵	√	√	√	√

\* 每日午餐均附有新鮮水果 \*

\* 本園一律使用國產豬 \*