

臺中市私立北屯快樂城堡幼兒園113年3月元氣餐點表

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
3/1	週五	雞蛋麵線湯	瓜仔肉燥、客家炒豆干、當季鮮蔬、香蒜蛤蠣湯	玉米捲、養生茶
3/2	週六	週休假日		
3/3	週日	週休假日		
3/4	週一	土司 玉米濃湯	鮮蔬咖哩雞柳、鮮菇炒高菜、當季時蔬、蘿蔔排骨湯	乾拌麵線
3/5	週二	什錦鮮蔬粥	蔥燒肉絲、當季鮮蔬、玉米炒蛋、結頭菜魚丸湯	白木耳露、香蕉蛋糕
3/6	週三	五色饅頭、牛奶	三杯雞柳、家常豆腐、當季鮮蔬、紫菜蛋花湯	冰糖紅豆湯、餐包
3/7	週四	芋頭瘦肉粥	五花滷肉、QQ水煮蛋、當季鮮蔬、綜合鮮菇湯	蒜香乾拌麵
3/8	週五	什錦鮮蔬麵疙瘩	清蒸鯛魚、當季鮮蔬、糖醋豆腸、番茄豆腐湯	杯子蛋糕、黑糖粉圓
3/9	週六	週休假日		
3/10	週日	週休假日		
3/11	週一	什錦鮮蔬湯麵	香酥肉排、什錦鮮菇、當季鮮蔬、青木瓜雞湯	花生牛奶、奶黃包
3/12	週二	果醬土司、豆漿	酸菜炒麵腸、蔥燒豬柳、當季時蔬、蒜香蛤蠣湯	什錦鮮蔬炒米粉
3/13	週三	鮮蔬肉羹麵	麥克雞塊、番茄炒蛋、當季鮮蔬、味噌海帶芽湯	桂圓紅棗茶、仙貝
3/14	週四	小籠包、熱牛奶	蔥燒肉片、大黃瓜花枝丸、當季鮮蔬、結頭菜排骨湯	客家炒板條
3/15	週五	鮮蔬蛋花麵疙瘩	香菇肉燥、三杯海草、當季鮮蔬、玉米蛋花湯	冰糖綠豆湯、沙其瑪
3/16	週六	週休假日		
3/17	週日	週休假日		
3/18	週一	鮮蔬豬肉水餃	鮮蔬雞丁咖哩、涼拌干絲、當季鮮蔬、翡翠豆腐羹湯	杯子蛋糕、黑糖粉圓
3/19	週二	五穀饅頭、豆漿	茄汁義大利通心麵、當季鮮蔬、玉米濃湯	玉米雞茸粥
3/20	週三	什錦鮮蔬炒麵	瓜仔肉丸子、古早味蔥蛋、當季鮮蔬、黃豆排骨湯	小饅頭、桂圓紅棗茶
3/21	週四	紅豆包、牛奶	蔥燒雞丁、綜合鮮菇、當季鮮蔬、味噌小魚湯	雞蛋鮮蔬湯麵
3/22	週五	麻香乾拌麵線	什錦鮮蔬肉絲炒麵、當季鮮蔬、黃金蚬湯	黑糖饅頭 養生茶
3/23	週六	週休假日		
3/24	週日	週休假日		
3/25	週一	五色饅頭 豆漿	五香滷肉、鮮蔬白菜滷、當季鮮蔬、什錦鮮菇湯	日式關東煮
3/26	週二	果醬土司、豆漿	醬燒滷肉、大黃瓜炒玉米、當季時蔬、鮮蔬酸辣湯	什錦鮮蔬粥
3/27	週三	什錦豬肉水餃	蔥爆肉絲、大溪豆乾、當季鮮蔬、海帶芽豆腐湯	葡萄吐司、養生茶
3/28	週四	鮮蔬板條	香酥豬排、玉米燴馬鈴薯、當季鮮蔬、番茄蛋花湯	南瓜濃湯、餐包
3/29	週五	高麗菜鹹粥	玉米炒蛋、糖醋魚片、當季鮮蔬、蒜香黃金蚬湯	杯子蛋糕、黑糖粉圓
3/30	週六	週休假日		
3/31	週日	週休假日		

- ★ 餐點表均由專業營養師調配，符合孩子每天所需要的營養。
- ★ 元氣午餐的當季蔬菜，皆配合當季所選擇之新鮮蔬菜。
- ★ 餐點均不添加奶精(反式脂肪)、起雲劑、塑化劑、味素及不喝冷飲。
- ★ 每天午餐後均附加新鮮水果。
- ★ 本園食材皆使用國產台灣豬。

