

第一週	早點					3/1 (五)
	午餐					烏龍湯麵
	午點					★(燕麥飯) 香酥油腐 養生菇菇滷 季節時蔬 豆薯蛋花湯 四季水果
	熱量分析					饅頭+牛奶
						706 Kcal
第二週	早點	3/4 (一) 麻油雞粥	3/5 (二) 什錦湯麵	3/6 (三) 生日蛋糕+牛奶	3/7 (四) 皮蛋瘦肉粥	3/8 (五) 腰果玉米濃湯
	午餐	(高纖麥片飯) 打拋豬 三色炒蛋 季節時蔬 結頭菜排骨湯 四季水果	肉絲玉米炒飯 季節時蔬 甘味雞湯 四季水果	(營養糙米飯) 炒吻仔魚 肉燥蒸豆腐 季節時蔬 包白什錦湯 四季水果	香菇肉絲炒板條 季節時蔬 山藥排骨湯 四季水果	★(小蔥仁飯) 沙茶金菇豆皮 塔香煎蛋 季節時蔬 一品冬瓜湯 四季水果
	午點	統一布丁	餡餅+豆漿	蘿蔔糕湯	芋頭西米露	銀絲捲+牛奶
	熱量分析	707 Kcal	630 Kcal	744 Kcal	625 Kcal	753 Kcal
第三週	早點	3/11 (一) 鍋燒麵	3/12 (二) 饅頭+牛奶	3/13 (三) 香菇肉羹	3/14 (四) 聰明鮪魚粥	3/15 (五) 肉絲冬粉湯
	午餐	(香香芝麻飯) 糖醋魚 爆三香 季節時蔬 黃瓜排骨湯 四季水果	(健康小米飯) 柴魚雞肉親子丼 季節時蔬 味噌紫菜湯 四季水果	(營養糙米飯) 紅燒豬排 玉米滑蛋 季節時蔬 蘿蔔雞骨湯 四季水果	義大利肉醬貝殼麵 季節時蔬 南瓜濃湯 四季水果	★(營養糙米飯) 塔香豆腐 金銀炒蛋 季節時蔬 養生牛蒡湯 四季水果
	午點	紅豆薏仁湯	綜合滷味	吐司+米漿	穀類脆片+牛奶	滋養銀耳羹
	熱量分析	670 Kcal	757 Kcal	714 Kcal	744 Kcal	624 Kcal
第四週	早點	3/18 (一) 包子+豆漿	3/19 (二) 高麗菜鹹粥	3/20 (三) 麵線糊	3/21 (四) 麻油炒米血糕	3/22 (五) 陽春麵
	午餐	(高纖麥片飯) 蒙古炒肉片 蕃茄炒蛋 季節時蔬 包白什錦湯 四季水果	肉絲炒水粉 香滷甜條 青木瓜排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 彩椒雞丁 肉末凍豆腐 季節時蔬 結頭菜排骨湯 四季水果	什錦海鮮羹飯 松子蔥香炒蛋 季節時蔬 四季水果	★(養生紫米飯) 紅燒豆干 玉筍燴山藥 季節時蔬 洋蔥菇菇湯 四季水果
	午點	桂圓米糕粥	蔬菜玉米嫩腐羹	麵包+牛奶	綠豆地瓜湯	米香+牛奶
	熱量分析	681 Kcal	626 Kcal	758 Kcal	720 Kcal	738 Kcal
第五週	早點	3/25 (一) 穀類脆片+牛奶	3/26 (二) 冬瓜穀粥	3/27 (三) 日式拉麵	3/28 (四) 黑糖捲+牛奶	3/29 (五) 麵粿條
	午餐	(健康小米飯) 樹子蒸魚 韭香什錦 季節時蔬 豆薯排骨湯 四季水果	香香水餃 蔬菜滷盤 酸辣湯 四季水果	(營養糙米飯) 三杯雞 炒什香菜 季節時蔬 蔥香蛋花湯 四季水果	古早味紅藜油飯 季節時蔬 蘿蔔雞湯 四季水果	★(營養糙米飯) 什錦烤麩 枸杞煎蛋 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果
	午點	咖哩湯麵	吐司+豆漿	葡萄乾麥片粥	玉米排骨湯	花豆豆花
	熱量分析	689 Kcal	727 Kcal	710 Kcal	677 Kcal	645 Kcal

美馨人生空中超市(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



本園餐點一律使用國產CAS豬肉與國產CAS雞肉

