

桃園市私立安琪兒幼兒園 113 年 03 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐					下午點心	每日食物類別一覽表			
			主食	主菜	副菜	湯	其他(時令)		全穀根莖類 (全穀雜糧類)	豆魚肉蛋類 (豆魚蛋肉類)	蔬菜類	水果類
2/28	三	【 和平紀念日 放假 】										
2/29	四	肉末稀飯	白飯	京醬肉絲	紅蘿蔔炒蛋	蕃茄羅宋湯	青菜 水果	肉絲細粉	✓	✓	✓	✓
3/1	五	油豆腐細粉	白飯	糖醋排骨	涼拌三絲	冬瓜肉片湯	青菜 水果	什錦湯餃	✓	✓	✓	✓
3/4	一	雞絲麵	紫米飯	西湖豆腐	滷蛋	脆筍肉絲湯	青菜 水果	台式鹹粥	✓	✓	✓	✓
3/5	二	白饅頭 、蔬菜湯	白飯	滷雞腿	菜脯烘蛋	白蘿蔔排骨湯	青菜 水果	小米薏仁粥	✓	✓	✓	✓
3/6	三	波菜瘦肉粥	地瓜飯	馬鈴薯燜雞肉	家常豆腐	養生蔬菜湯	青菜 水果	雞蛋細麵	✓	✓	✓	✓
3/7	四	鍋燒意麵	白飯	冬瓜燒肉	香蔥烘蛋	竹筍大骨湯	青菜 水果	皮蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
3/8	五	白吐司、 莧菜吻仔魚湯	麵	什錦大滷麵			水果	蔬菜粥	✓	✓	✓	✓
3/11	一	蔬菜麵線	白飯	紅糟燒肉	大黃瓜炒 木耳	青木瓜排骨湯	青菜 水果	洋蔥魚粥	✓	✓	✓	✓
3/12	二	皮蛋瘦肉粥	糙米飯	鮪魚聰明蛋	滷豆干	味噌豆腐湯	青菜 水果	新埔板條	✓	✓	✓	✓
3/13	三	香芋排骨粥	白飯	三色雞丁	香芹豆干	芥菜香菇雞湯	青菜 水果	烏龍麵	✓	✓	✓	✓
3/14	四	薑絲瘦肉粥	飯	蔥燒肉排	香芹肉絲	蔬菜羅宋湯	青菜 水果	蔬菜米粉	✓	✓	✓	✓
3/15	五	小餐包 、小白菜蛋花 湯	五穀飯	豆鼓排骨	柴魚蒸蛋	冬瓜肉絲湯	青菜 水果	廣東粥	✓	✓	✓	✓
3/18	一	雞蛋細麵	白飯	蒜香鮪魚	家常豆腐	紅棗南瓜湯	青菜 水果	絲瓜滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
3/19	二	蔬菜冬粉	地瓜飯	蜜汁叉燒肉	絲瓜炒蛋	芋頭排骨湯	青菜	南瓜肉絲粥	✓	✓	✓	✓

桃園市私立安琪兒幼兒園 113 年 03 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐					下午點心	每日食物類別一覽表			
			主食	主菜	副菜	湯	其他(時令)		全穀根莖類 (全穀雜糧類)	豆魚肉蛋類 (豆魚蛋肉類)	蔬菜類	水果類
3/20	三	台南擔仔麵	白飯	嘉義雞肉飯	涼拌干絲	鳳梨苦瓜雞湯	青菜 水果	香菇雞肉粥	✓	✓	✓	✓
3/21	四	肉末稀飯	紫米飯	香菇肉燥	紅燒豆腐	山藥大骨湯	青菜 水果	青菜水餃	✓	✓	✓	✓
3/22	五	全麥吐司 、蛋花湯	白飯	豆干炒肉絲	三色蛋	大黃瓜肉片湯	青菜 水果	鮮魚蔬菜粥	✓	✓	✓	✓
3/25	一	三絲豆腐羹	五穀飯	鮮菇炒肉絲	家常豆腐	鮮菇蛋花湯	青菜 水果	客家米苔目	✓	✓	✓	✓
3/26	二	蔬菜麵	白飯	梅干扣肉	茶碗蒸	冬瓜肉絲湯	青菜 水果	雞肉玉米粥	✓	✓	✓	✓
3/27	三	蔥蛋餅 、玉米濃湯	白飯	三色雞丁	絲瓜炒蛋	木耳肉絲湯	青菜 水果	地瓜粥	✓	✓	✓	✓
3/28	四	蕃茄肉絲粥	地瓜飯	味噌醬燒肉片	蝦仁炒瓠瓜	福菜大骨湯	青菜 水果	菠菜雞肉麵	✓	✓	✓	✓
3/29	五	香煎蘿蔔糕 、海帶芽湯	白飯	五香粉蒸肉	茶碗蒸	豆腐大骨湯	青菜 水果	鮮菇瘦肉粥	✓	✓	✓	✓

※餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，但必要時會有適時變動，若有變動則以當日實物為準！

※餐點表請家長在月底至安琪兒網站自行觀覽下載，感謝您的配合 謝謝您！