

新北市立中和國中附設幼兒園113學年度第2學期114年3月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐						下午點心	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬 菜 類	水 果 類
			主 食	統鮮桶餐供應			副菜	水果					
				主 菜	副 菜	湯 品							
3月3日	一	葡萄吐司牛乳	燕麥飯	春川起司年糕雞 雞肉+洋蔥+年糕+蔥+起司-炒	紅蔥香菇肉燥 豆干+豬絞肉+香菇+紅蔥頭-滷	白玉排骨湯 蘿蔔+排骨+芹菜	有機青菜	當季水果	豆花甜湯	✓	✓	✓	✓
3月4日	二	香菇雞肉糙米粥	糙米飯	咖哩豬 豬肉+馬鈴薯+洋蔥+紅蘿蔔-煮	雙色花椰 綠花椰+白花椰+紅蘿蔔-炒	味噌蛋花湯 雞蛋+海芽+味噌	有機青菜	當季水果	雲吞湯	✓	✓	✓	✓
3月5日	三	甘藍肉絲冬粉湯	紅藜飯	紐澳良烤雞翅X1 三節雞翅-烤	雲耳鮮瓜 時瓜+川耳-煮	玉米濃湯 玉米、雞蛋、紅蘿蔔	有機青菜	當季水果	珍珠丸牛乳	✓	✓	✓	✓
3月6日	四	胡蘿蔔雞肉燕麥粥	小米飯	京醬肉柳 豬肉柳+洋蔥+蔥-煮	焗烤奶醬起司蛋 雞蛋+洋芋+玉米+焗烤-烤	金針雞湯 金針花、雞骨	有機青菜	當季水果	甘藍肉燥麵	✓	✓	✓	✓
3月7日	五	甘藍豬肉板條湯	五穀飯	椒鹽虱目魚排 虱目魚排X1-炸	芹香蘿蔔排骨羹 豬肉+白蘿蔔+香菇+芹菜-燒	鄉村粉絲 高麗菜+冬粉+紅蘿蔔+木耳-炒	有機青菜	當季水果	雞蛋小饅頭鮮奶	✓	✓	✓	✓
3月10日	一	鮮奶吐司牛乳	燕麥飯	黑胡椒鐵板肉片 豬肉片+洋蔥+蔥-炒	叻仔魚炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔+叻仔魚-煮	酸辣湯 豆腐+金針菇+紅蘿蔔+木耳	有機青菜	當季水果	芹香肉絲米粉湯	✓	✓	✓	✓
3月11日	二	時蔬雞蛋小米粥	糙米飯	炸香雞排 雞排X1-炸	哨子豆腐 豆腐+豬絞肉+蕃茄-煮	冬瓜排骨湯 冬瓜+大麥+排骨	有機青菜	當季水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
3月12日	三	香菇蛋花雞絲麵	紅藜飯	鐵路豬排 豬排X1-滷	筑前煮 白蘿蔔+油腐+茼蒿+海結-煮	鮮蔬雞湯 大白菜+雞骨+玉米粒	有機青菜	當季水果	黑糖小饅頭牛乳	✓	✓	✓	✓
3月13日	四	肉羹麵	小米飯	腰果蜜汁雞 雞肉+杏鮑菇+洋蔥+腰果-煮	咖哩洋芋肉醬 馬鈴薯+紅蘿蔔+洋蔥+豬絞肉-炒	味噌蘿蔔湯 蘿蔔+海帶芽+味噌	有機青菜	當季水果	南瓜雞絲燕麥粥	✓	✓	✓	✓
3月14日	五	三絲麵線 胡蘿蔔木耳筍絲	五穀飯	古早味豬腳 豬肉+豬腳+筍乾-滷	田園玉米雞粒 玉米+雞肉+洋蔥+紅蘿蔔+毛豆-炒	番茄蛋花湯 番茄+雞蛋+蔥	有機青菜	當季水果	小富利鮮奶	✓	✓	✓	✓
3月17日	一	杯子蛋糕牛乳	燕麥飯	左宗棠雞 雞肉+洋蔥-燒	蒸蛋 雞蛋+香菇-蒸	三絲排骨湯 高麗+南瓜+香菇+排骨	有機青菜	當季水果	香菇豆皮糙米粥	✓	✓	✓	✓
3月18日	二	可頌小牛角無糖大麥水	糙米飯	蔥爆豚肉 豬肉片+洋蔥+蔥-炒	脆拌黃芽 黃豆芽+紅蘿蔔+小黃瓜-炒	海帶雞湯 海帶+雞骨+紅蘿蔔	有機青菜	當季水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
3月19日	三	玉米豬肉小米粥	紅藜飯	脆皮雞肉捲 雞肉捲X1-烤	清炒白菜 白菜+香菇+紅蘿蔔-炒	巧達濃湯 馬鈴薯+紅蘿蔔+雞蛋	有機青菜	當季水果	芋泥包牛乳	✓	✓	✓	✓
3月20日	四	時蔬雞蛋麵線	小米飯	和風馬鈴薯燉肉 豬肉塊+馬鈴薯+紅蘿蔔+蔥-煮	蕃茄炒蛋 雞蛋+蕃茄+洋蔥-炒	味噌豆腐湯 豆腐+海芽+柴魚+味噌	有機青菜	當季水果	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
3月21日	五	芋頭豬肉小米粥	五穀飯	糖醋雞 雞肉+洋蔥-燒	蟹黃豆腐 豆腐+南瓜+紅蘿蔔+青豆-煮	玉米蛋花湯 玉米+雞蛋+蔥	有機青菜	當季水果	小肉包鮮奶	✓	✓	✓	✓
3月24日	一	起士火腿吐司牛乳	燕麥飯	椒鹽鮮魚排 生鮮魚排X1-炸	洋蔥燒肉 洋蔥+豬肉+時蔬-炒	味噌油腐湯 海帶+油豆腐+紅蘿蔔	有機青菜	當季水果	時蔬油豆腐冬粉	✓	✓	✓	✓
3月25日	二	玉米雞蛋燕麥粥	糙米飯	冬瓜燜肉 豬肉+冬瓜-煮	毛豆玉米 玉米粒+馬鈴薯+毛豆-煮	白菜排骨湯 大白菜+香菇+排骨	有機青菜	當季水果	馬來糕無糖大麥水	✓	✓	✓	✓
3月26日	三	甘藍豬肉米苔目	紅藜飯	碳烤雞排X1 雞排X1-烤	脆炒甘藍 高麗菜+紅蘿蔔-炒	洋芋蛋花湯 雞蛋+洋芋	有機青菜	當季水果	鮮奶小饅頭牛乳	✓	✓	✓	✓
3月27日	四	芹香魚片小米粥	小米飯	三杯肉片 豬肉片+杏鮑菇+九層塔-炒	夜市鹹水拼盤 豆皮+百頁+小黃瓜+玉米筍+川耳-煮	麵線羹 麵線+金針菇+木耳	有機青菜	當季水果	大滷麵	✓	✓	✓	✓
3月28日	五	水果蛋糕	五穀飯	奶油蘑菇雞 雞肉+馬鈴薯+南瓜+洋蔥+蘑菇-煮	薑絲海根 海帶根+彩椒+薑絲-炒	枸杞鮮瓜湯 瓜+排骨+枸杞	有機青菜	當季水果	芝麻包鮮奶	✓	✓	✓	✓
3月31日	一	乳酪小麵包牛乳	燕麥飯	佛跳牆 豬肉+豬腳+竹筍+香菇+芋頭+栗子-煮	洋蔥炒蛋 雞蛋+洋蔥+蔥-炒	米粉湯 米粉+高麗菜+芹菜+紅蔥頭	有機青菜	當季水果	粉圓湯	✓	✓	✓	✓

- ❶每日午餐備有水果及有機青菜並依時令季節做更換。
- ❷餐點內容因應臨時性活動做隨機調整，本園未使用輻射污染食品。
- ❸過敏原資訊：本菜單含花生、牛奶、蛋、堅果類、含麩質之穀物、大豆、魚類等及其製品，對食物過敏者請注意。
- ❹本園【肉類食材採用國內在地雞肉、豬肉】，向豐得國際實業有限公司供應商採買。
- ★主菜、副菜、湯品由統鮮桶餐供應。

