

宜蘭縣冬山鄉廣興國民小學附設幼兒園 114 年 3 月餐點表

114.2.25

| 日期 | 星期 | 上午點心   | 午餐  |        |         |      |         | 下午點心 | 餐點類別檢核         |                |          |          |
|----|----|--------|-----|--------|---------|------|---------|------|----------------|----------------|----------|----------|
|    |    |        |     |        |         |      |         |      | 1<br>全穀<br>雜糧類 | 2<br>豆魚<br>蛋肉類 | 3<br>蔬菜類 | 4<br>水果類 |
| 3  | 一  | 肉包、豆漿  | 白米飯 | 京醬肉絲   | 鮮菇素燴    | 青菜   | 紫菜蛋花湯   | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 4  | 二  | 海芽銀魚粥  | 白米飯 | 卡拉雞排   | 金珠翠玉    | 青菜   | 蕃茄元氣排骨湯 | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 5  | 三  | 慶生會    | 特餐  | 什錦肉絲粳飯 | 關東煮     | 青菜   | 茶葉蛋     | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 6  | 四  | 肉燥湯麵   | 白米飯 | 糖醋魚塊   | 螞蟻上樹    | 青菜   | 味噌湯     | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 7  | 五  | 麵包、鮮奶  | 環保餐 | 炒素什錦   | 日式蒸蛋    | 田園時蔬 | 芋頭西米露   | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 10 | 一  | 蔥花卷、豆漿 | 白米飯 | 茄汁肉醬玉米 | 黃瓜甜不辣   | 青菜   | 絲瓜蛋花湯   | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 11 | 二  | 西式濃湯麵  | 白米飯 | 鄉村炸雞   | 麻婆豆腐    | 青菜   | 冬瓜薑絲湯   | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 12 | 三  | 洋蔥雞肉粥  | 特餐  | 家鄉炒米粉  | 滷香雞丁    | 青菜   | 甜玉米大骨湯  | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 13 | 四  | 廣東粥    | 白米飯 | 樹子蒸魚片  | 咖哩肉末    | 青菜   | 金茸三絲湯   | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 14 | 五  | 麵包、鮮奶  | 白米飯 | 海結燒肉   | 玉米炒蛋    | 青菜   | 綠豆薏仁    | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 17 | 一  | 芋泥包、豆漿 | 白米飯 | 紅燒焢肉   | 蛋酥高麗菜   | 青菜   | 虱目魚丸湯   | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 18 | 二  | 翡翠雲吞湯  | 白米飯 | 香酥雞翅   | 八寶醬肉    | 青菜   | 黃瓜蛋花湯   | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 19 | 三  | 日式拉麵   | 特餐  | 台式什錦鹹粥 | 雞卷粉絲煲   | 青菜   | 珍珠丸子    | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 20 | 四  | 玉米肉末粥  | 白米飯 | 針菇雞柳   | 銀芽木耳炒肉絲 | 青菜   | 玉米濃湯    | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |
| 21 | 五  | 麵包、鮮奶  | 白米飯 | 回鍋肉絲   | 醬油蒸蛋    | 青菜   | 白木耳甜湯   | 水果   | ✓              | ✓              | ✓        | ✓        |

|    |   |         |     |         |         |    |       |    |   |   |   |   |
|----|---|---------|-----|---------|---------|----|-------|----|---|---|---|---|
| 24 | 一 | 甜心卷、熱豆漿 | 白米飯 | 洋芋嫩雞    | 玉米黑輪    | 青菜 | 鮮蔬蛋花湯 | 水果 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 25 | 二 | 什錦寬粉湯   | 白米飯 | 塔香鮑菇肉末  | 西滷肉     | 青菜 | 醋香豆腐粿 | 水果 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 26 | 三 | 蔬菜肉絲粥   | 特餐  | 湯咖哩烏龍拌麵 | 椒鹽魚酥雙味  | 青菜 | 大醬湯   | 水果 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 27 | 四 | 南瓜粥     | 白米飯 | 麻油雞     | 五味醬淋油豆腐 | 青菜 | 海結冬瓜湯 | 水果 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 28 | 五 | 麵包、鮮奶   | 白米飯 | 京都排骨    | 蕃茄炒蛋    | 青菜 | 紅豆粉圓湯 | 水果 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 31 | 一 | 芋饅頭、豆漿  | 白米飯 | 蠔油嫩雞    | 寧式炒年糕   | 青菜 | 針菇海芽湯 | 水果 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

備註：

1. 餐點表內每日餐點均含有全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。
2. 食材來源一律使用國產豬肉。

檢核人：

代理  
教保員 李蕙如

園主任：

教師兼  
幼兒園主任 黃淑禎

校長：

校長 何昶毅