

財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義縣私立星海幼兒園 112 學年度第二學期(113/3 月餐點表)

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	自我檢核
3/01	五	鍋燒意麵	皮蛋瘦肉粥、烏蛋、豆干、水果	紅豆湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/04	一	玉米濃湯	肉羹飯、炒菠菜、水果	黑輪貢丸湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/05	二	芋頭粥	什錦炒麵、油豆腐味增湯、水果	黑糖鮮奶粉圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/06	三	雞絲麵	白飯、瓜仔滷肉、炒空心菜 貢丸湯、水果	雞蛋吐司 麥茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/07	四	蔬菜湯餃	鮪魚蛋炒飯、蒜味高麗菜 玉米排骨湯、水果	南瓜粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/08	五	銀絲卷、豆漿	烏龍海鮮湯麵、水果	地瓜芋圓湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/11	一	肉燥板條	白飯、油豆腐滷肉、炒花椰菜 蘿蔔魚丸湯、水果	小肉包 豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/12	二	魚皮麵線	地瓜粥、炒豆干、麥克雞塊 水果	陽春麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/13	三	餛飩蛋花湯	金瓜炒米粉、綜合滷味 香菇雞湯、水果	薏仁地瓜湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/14	四	麵線羹	水餃、酸辣湯、水果	關東煮	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/15	五	蔥抓餅、麥茶	咖哩雞肉飯、豆皮炒高麗菜 紫菜蛋花湯、水果	銀絲卷 阿華田	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/18	一	清粥、炒蛋	海鮮烏龍湯麵、水果	芋頭西米露	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/19	二	冬粉貢丸湯	白飯、香煎豬排、炒四季豆 冬瓜蛤蠣湯、水果	草莓吐司 牛奶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/20	三	蛋餅、麥茶	皮蛋瘦肉粥、芹菜甜不辣、水果	冬瓜粉圓湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/21	四	粿仔湯	白飯、蒸蛋、炒青江菜、鮮菇湯 水果	雞絲蛋麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/22	五	蔬菜湯餃	肉羹飯、豆干炒肉絲、水果	黑糖饅頭 麥茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/25	一	麻油麵線	豬肉燴飯、炒菠菜、貢丸湯 水果	紅豆湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/26	二	金瓜粥	蘑菇鐵板麵、菇菇養身湯、水果	奶酥餐包 豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/27	三	鍋燒意麵	白飯、瓜仔滷肉、紅蘿蔔炒蛋 玉米排骨湯	沙琪瑪 冬瓜茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/28	四	蘿蔔糕湯	香菇肉粥、綜合滷味、水果	黑輪貢丸湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果
3/29	五	玉米濃湯	鮭魚炒飯、蒜味高麗菜 油豆腐味增湯、水果	藍莓麵包 牛奶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果

\* 餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。

\* 如有特殊情形或慶典活動時，本園餐點將做適當修改。

\* 當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。

\* 如對餐點有任何建議，請與辦公室聯絡(05)3411108。

