

臺北市北投區文化國民小學附設幼兒園 113 年 3 月份餐點單

日	星期	上午點心	午餐	下午點心
3/1	五	鮮肉包、鮮奶#	胚芽米飯、清蒸鮮魚#、麻婆豆腐#、蠔油拌大陸妹、田園蔬菜湯	烤地瓜
3/2、3/3 週休二日				
3/4	一	五穀饅頭、鮮奶#	水餃、玉米蔬菜湯	甜意麵
3/5	二	起司蛋餅#、米漿#	蕎麥薏仁飯、香滷肉燥、滷味拼盤、清炒高麗菜、山藥排骨湯	茶葉蛋#
3/6	三	柳橙吐司#、麥茶	滑蛋雞肉燴飯#、日式味噌湯	花枝羹湯
3/7	四	鮮奶饅頭#、牛奶#	高纖米飯、洋葱燉豬肉、日式蒸蛋#、鮮炒菠菜、香菇蛤蜊湯	蝦仁河粉
3/8	五	廣東粥#	五穀飯、粉蒸肉、番茄海鮮烘蛋#、什錦蔬菜、瓜仔雞湯	綠豆湯
3/9、3/10 週休二日				
3/11	一	玉米脆片、鮮奶#	蔬菜豬肉味噌拉麵	紅豆小米湯
3/12	二	蘿蔔糕、低糖豆漿#	糙米飯、蜜汁雞腿、紅蘿蔔炒馬鈴薯、奶香白菜、蓮子排骨湯	馬來糕、麥茶
3/13	三	蔓越莓吐司#、米漿	什錦番茄麵	甜玉米
3/14	四	黑糖饅頭、牛奶#	高纖米、紅麴排骨、鮮菇燉冬瓜、清炒大陸妹、青菜豆腐湯#	蔬菜蘇打餅、低糖豆漿#
3/15	五	芋香米粉	雜糧飯、茄汁雞丁、蝦仁炒蛋#、蠔油高麗菜、香菇竹筍湯	碗粿
3/16、3/17 週休二日				
3/18	一	銀絲卷、牛奶#	黑芝麻米飯、香滷軟排、什錦燒豆腐#、蠔油 A 菜、大頭菜湯	蔬食湯餃
3/19	二	蛋餅#、鮮奶	油飯、味噌鮮蔬湯	花生豆花#
3/20	三	紅豆餐包#、牛奶#	戶外教學	
3/21	四	小饅頭、黑豆漿#	高纖米、打拋豬肉、鹹蛋杏鮑菇、清炒高麗菜、冬瓜蝦丸湯	肉燥米粉湯
3/22	五	肉絲雞絲麵#	三寶燕麥飯、照燒雞丁、蒜香海帶根、蠔油萵苣、蛤蜊湯	餛飩湯
3/23、3/24 週休二日				
3/25	一	吐司煎蛋#、牛奶#	豬肉咖哩飯、金針排骨湯	香菇雞湯
3/26	二	黑糖堅果饅頭、鮮奶#	地瓜飯、金饌排骨、日式蒸蛋#、滷白菜、小魚莧菜湯	芋頭西米露
3/27	三	柚子吐司#、牛奶#	鮮蔬餛飩湯麵	檸檬愛玉甜湯
3/28	四	珍珠丸、麥茶	高纖米、清蒸鱈魚、三杯豆腐#、蒜香大陸妹、鳳梨排骨湯	蔬食麵線
3/29	五	山藥糙米粥#	蕎麥飯、三杯雞丁、滷豆干#、蒜拌青江菜、蘿蔔貢丸湯	酸菜粉絲湯
3/30、3/31 週休二日				

※標號「#」表示含有過敏原食材(甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品)，若您的孩子對以上餐點有過敏的情形，請先告知班導師，以便處理。

※食材來源：一律使用臺灣在地豬肉，未使用牛肉製品。※午餐均附水果，蔬菜水果以時令季節為主。

保育組：

園主任：

校長：