

苗栗縣私立佳佳幼兒園 114 年 3 月 餐點表

| | 早點 | 午餐 | | | | | | 午點 | 餐點類別檢核 | | | |
|----|---------|-------------------------|---------|--------|-----------------------|-------|------|-------|--------|-------|-----|-----|
| 日期 | 點心 | 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 水果 | 下午點心 | 全穀雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 高麗菜粥 | 白米飯 | 香菇豆干肉燥 | 蘿蔔滷豆輪 | 根莖 葉菜類 季節時蔬 | 蘿蔔大骨湯 | 當季鮮果 | 紅豆西米露 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 4 | 饅頭、牛奶 | 肉絲炒麵(高麗菜、香菇、紅蘿蔔、豬絞肉) | | | | 海帶銀魚湯 | 當季鮮果 | 滑蛋粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 5 | 湯米粉 | 糙白米飯 | 鯊魚豆腐燒 | 炒冬粉 | | 蔬菜九片湯 | 當季鮮果 | 綠豆薏仁 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6 | 草莓吐司、豆漿 | 咖哩雞飯(白飯、雞肉、洋蔥、紅蘿蔔) | | | | 綜合菇菇湯 | 當季鮮果 | 肉絲湯麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 7 | 大滷麵 | 白米飯 | 醬燒馬鈴薯雞丁 | 豆皮炒白蘿蔔 | | 金針湯 | 當季鮮果 | 玉米棒 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 8 | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 叻仔魚粥 | 白米飯 | 南瓜肉末 | 雞捲 | 根莖 葉菜類 季節時蔬 | 海帶湯 | 當季鮮果 | 養生地瓜湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 11 | 黑糖饅頭、牛奶 | 什錦香蔥炒米粉(高麗菜、香菇、紅蘿蔔、豬絞肉) | | | | 玉米濃湯 | 當季鮮果 | 皮蛋瘦肉粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 12 | 九片粥 | 白米飯 | 瓜仔肉燥 | 蒸蛋 | | 味噌湯 | 當季鮮果 | 綠豆麥片 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 13 | 草莓吐司、豆漿 | 洋蔥蛋炒飯(白飯、玉米、紅蘿蔔、毛豆、洋蔥) | | | | 紫菜蛋花湯 | 當季鮮果 | 麵線羹 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 14 | 蘿蔔糕湯 | 糙白米飯 | 杏鮑菇雞丁 | 煎豆腐 | | 蔬菜湯 | 當季鮮果 | 紅豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 15 | | | | | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | | | | | |
| 17 | 菜脯粥 | 白米飯 | 冬瓜滷肉 | 肉末豆干片 | 根莖 葉菜類 季節時蔬 | 青菜豆腐湯 | 當季鮮果 | 綠豆薏仁 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 18 | 饅頭、牛奶 | 炒烏龍麵(高麗菜、紅蘿蔔、豬絞肉) | | | | 海帶銀魚湯 | 當季鮮果 | 雞丁芋頭粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 19 | 大滷麵 | 糙白米飯 | 糖醋魚片 | 洋蔥炒蛋 | | 綜合菇菇湯 | 當季鮮果 | 紅豆珍珠 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 20 | 草莓吐司、豆漿 | 水餃 | | | | 蘿蔔九片湯 | 當季鮮果 | 南瓜濃湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 21 | 魚片粥 | 白米飯 | 毛豆雞丁 | 番茄炒蛋 | | 豆腐菇菇湯 | 當季鮮果 | 慶生會 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 22 | | | | | | | | | | | | |
| 23 | | | | | | | | | | | | |
| 24 | 叻仔魚粥 | 白米飯 | 梅干肉燥 | 銀芽白干絲 | 根莖 葉菜類 季節時蔬 | 味噌豆腐湯 | 當季鮮果 | 紅豆麥片 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 25 | 黑糖饅頭、牛奶 | 咖哩炒麵(高麗菜、香菇、豬肉) | | | | 玉米濃湯 | 當季鮮果 | 皮蛋瘦肉粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 26 | 南瓜粥 | 糙白米飯 | 豆干丁燒肉 | 豆腐蛋 | | 海帶湯 | 當季鮮果 | 綠豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 27 | 草莓吐司、豆漿 | 肉羹燴飯(白飯、竹筍絲、肉羹、木耳絲) | | | | 蔬菜湯 | 當季鮮果 | 冬粉湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 28 | 麵線羹 | 白米飯 | 南瓜雞丁 | 滷豆干丁 | | 蘿蔔九片湯 | 當季鮮果 | 地瓜湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 29 | | | | | | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | | | | |
| 31 | 滑蛋粥 | 白米飯 | 菇菇豆干肉燥 | 玉米炒蛋 | 季節時蔬根莖 葉菜類 | 味噌豆腐湯 | 當季鮮果 | 紅豆西米露 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

※本園一律使用國產豬肉食材。

※當天食材如有幼兒對食物過敏者，請事先告知老師。

※菜色以當日新鮮食材為主，餐點上會稍微異動。