國立中央大學附設桃園市私立幼兒園

113 年 3 月份午餐餐點表

營養師:戴嘉萱

日期	星期	午餐內容
1	五	香 Q 米飯、咖哩雞丁、有機蔬菜/燙.炒、冬瓜菇菇湯
2	六	週休二日
3	日	
4	一	香 Q 米飯、蘑菇肉片、產銷履歷蔬菜/燙.炒、結頭大骨湯
5	二	養生糙米飯、夜市湯翅、有機蔬菜/燙.炒、黃瓜菇菇湯
6	三	什錦炒飯、鐵板肉絲、季節蔬菜/燙.炒、玉米濃湯
7	四	薏仁飯、椒鹽魚丁、有機蔬菜/燙.炒、海芽味噌湯
8	五	香 Q 米飯、海結燒雞、有機蔬菜/燙.炒、結頭菇菇湯
9	六	週休二日
10	日	
11	一	香 Q 米飯、香干控肉、產銷履歷蔬菜/燙.炒、木須三絲湯
12	二	養生糙米飯、香蒜雞排、有機蔬菜/燙.炒、蘿蔔香菇湯
13	三	★★★ 請自備午餐 ★★★
14	四	蕎麥飯、紅燒雞丁、有機蔬菜/燙.炒、冬瓜大骨湯
15	五	香 Q 米飯、虱目魚排、有機蔬菜/燙.炒、大瓜菇菇湯
16	六	週休二日
17	日	
18	一	香 Q 米飯、紅燒雞丁、產銷履歷蔬菜/燙.炒、結頭香菇湯
19	二	養生糙米飯、蔥爆肉絲、有機蔬菜/燙.炒、味噌小魚乾湯
20	三	肉絲蛋炒飯、香蒜鳳翅、季節蔬菜/燙.炒、關東煮
21	四	燕麥飯、糖醋魚丁、有機蔬菜/燙.炒、竹筍大骨湯
22	五	★★★ 請自備午餐 ★★★
23	六	週休二日
24	日	
25	一	香 Q 米飯、三杯雞丁、產銷履歷蔬菜/燙.炒、蘿蔔大骨湯
26	二	小米飯、彩椒肉片、有機蔬菜/燙.炒、海芽蛋花湯
27	三	酢醬麵、蠔汁雞排、季節蔬菜/燙.炒、魷魚羹湯
28	四	養生糙米飯、花枝魚排、有機蔬菜/燙.炒、冬瓜薏仁湯
29	五	香 Q 米飯、鐵板豬柳、有機蔬菜/燙.炒、木須三絲湯
30	六	週休二日
31	日	

★營養餐點依六大營養素：全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類、水果類、乳品類、堅果種子類組成，由專業營養師設計適合孩子的餐點。

★為確保食材新鮮，本園將視需求及實際狀況調整菜單。

★本公司肉品來源一律使用國產豬、雞、牛肉，並於幼兒園網站公告食材來源。