



臺南巿私立星堡幼兒園
113學年度第二學期3月份餐點表

日期	星期	上午 點心 9:00	午 餐 11:30	水 果	下 午 點心 15:00	餐點類別檢核			
						全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬 菜 類	水 果 類
3/3	一	蘿蔔糕湯 蘿蔔糕、豆芽菜	海鮮滑蛋粥+炒青江菜 蝦、花枝、雞蛋、玉米、洋蔥、香菇、青江菜、姜絲	番茄	草莓吐司+麥茶 吐司、草莓果醬、麥茶包	✓	✓	✓	✓
3/4	二	火腿玉米烘蛋 火腿、玉米、雞蛋、蔥、青豆	三鮮炒麵+紫菜蛋花湯 蝦、花枝、魚、木耳、洋蔥、紅蘿蔔、鐵板麵、紫菜、雞蛋	番茄	紅豆薏仁粥 紅豆、薏仁、二砂糖	✓	✓	✓	✓
3/5	三	鍋燒雞絲麵 雞絲麵、小白菜、豬肉	茄汁蘑菇鐵板燴飯+綜合菇菇湯 番茄、番茄醬、香菇、豬肉、紅蘿蔔、蔥、麵、洋蔥、綜合菇	番茄	枸杞麵線 枸杞、麵線	✓	✓	✓	✓
3/6	四	芙蓉雞汁粥 白米、玉米、翡翠、雞肉、蔥	豚香筍絲大滷麵 麵、雞蛋、內羹、豆芽菜、高麗菜、筍絲、豬肉、木耳、紅蘿蔔	番茄	三杯關東煮 黑輪、米血、魚丸、薑、醬油、砂糖	✓	✓	✓	✓
3/7	五	洋芋濃湯 馬鈴薯、玉米、紅蘿蔔、豬肉	豬肉水餃+味噌湯 水餃皮、高麗菜、國產豬肉、小魚乾、豆腐、味噌、柴魚片	番茄	QQ粉圓甜湯 粉圓、冬瓜、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
3/10	一	芹香貢丸湯 魚丸、芹菜、白菜	精燉魚骨海鮮時蔬粥 白米、虱目魚肉、虱目魚骨、花枝漿、芹菜、高麗菜	香瓜	沙拉三明治+ 冬瓜茶 吐司、沙拉、冬瓜塊	✓	✓	✓	✓
3/11	二	蔬菜煎餅 小白菜、雞蛋、玉米、麵粉	奶油培根燴麵 白米、奶油、培根、香菇、洋蔥	香瓜	地瓜綠豆湯 地瓜、綠豆、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
3/12	三	油豆腐細粉 冬粉、油豆腐、紅蘿蔔、蔥	香腸炒飯+炒高麗菜+紫菜蛋花湯 白米、香腸、洋蔥、蘿蔔絲、高麗菜、紫菜、雞蛋、蔥花	香瓜	花枝漿羹 花枝漿、筍絲	✓	✓	✓	✓
3/13	四	蛋香鹹粥 白米、雞蛋、蘿蔔、青豆仁、玉米	雙菇炒麵+番茄白菜豆腐湯 金針菇、鮮香菇、油麵、高麗菜、紅蘿蔔、番茄、豆腐、白菜	香瓜	綜合天婦羅 甜不辣、米血、白蘿蔔	✓	✓	✓	✓
3/14	五	玉米濃湯 玉米、紅蘿蔔、火腿、牛奶	豆干肉燥飯+炒豆芽菜+味噌海帶湯 白米、豆干、豬肉、花瓜、蠔油、海帶芽、味噌、小魚乾、洋蔥、豆芽菜	香瓜	芋頭西米露 芋頭、牛奶、西米露、二砂糖	✓	✓	✓	✓
3/17	一	香煎蘿蔔糕 醬油、蘿蔔糕、蔥	芹香魚片海鮮粥 白米、虱目魚肉、豬肉、花枝、芹菜、高麗菜、洋蔥	橘子	蛋香吐司+麥茶 吐司、蛋液、大麥、二砂糖	✓	✓	✓	✓
3/18	二	廣式鹹粥 白米、皮蛋、肉鬆、木耳	榨菜肉絲湯麵 麵條、榨菜絲、小白菜、芹菜、油蔥酥、豬肉	橘子	健康燕麥甜湯 大燕麥片、薏仁、二砂糖	✓	✓	✓	✓
3/19	三	粿仔條湯 粿仔條、韭菜、豬肉、豆芽菜	醬瓜滷香燴飯+玉米豚骨湯 白米、香菇、豬肉、紅蘿蔔、醬瓜、小烏蛋、洋蔥、玉米、排骨、芹菜	橘子	檸檬愛玉 檸檬、愛玉、二砂糖	✓	✓	✓	✓
3/20	四	青豆仁炒蛋 雞蛋、火腿、青豆、洋蔥	番茄蘑菇義大利麵+炒空心菜 麵條、番茄、番茄醬、蔥、蔬菜、蘑菇、豬肉、空心菜	橘子	香Q甜不辣 甜不辣、洋蔥	✓	✓	✓	✓
3/21	五	馬鈴薯濃湯 馬鈴薯、豬肉、紅蘿蔔、洋蔥	彩椒豬肉蛋炒飯+冬瓜薑絲湯 白米、彩椒、高麗菜、洋蔥、紅蘿蔔、雞蛋、豬肉、冬瓜、薑絲	橘子	黑糖粉圓湯 黑糖、二砂糖、粉圓	✓	✓	✓	✓
3/24	一	小白菜湯餃 餃子、小白菜、鹽、蔥	高麗菜肉末滑蛋粥 白米、高麗菜、豬肉、雞蛋、洋蔥、紅蘿蔔、玉米、豌豆	芭樂	牛奶吐司+ 決明子茶 吐司、明子、砂糖	✓	✓	✓	✓
3/25	二	菠菜粥 菠菜、白米	柴魚風味關東煮烏龍麵+高麗菜 烏龍麵、柴魚、黑輪、花枝羹、醬油、高麗菜	芭樂	綠豆粉條湯 綠豆、粉條、二砂糖	✓	✓	✓	✓
3/26	三	鍋燒冬粉 冬粉、蘿蔔絲、高麗菜、洋蔥	咖哩豬肉燴飯+蘿蔔湯 白米、豬肉、花椰菜、青豆仁、紅蘿蔔丁、咖哩、白蘿蔔	芭樂	翡翠蟹絲羹 蓬萊、蟹絲、魚板	✓	✓	✓	✓
3/27	四	雞蓉玉米湯 玉米、雞肉、豌豆	茄汁鯖魚蔬菜麵 香菇、國產豬肉、高麗菜、洋蔥、木耳、麵、鯖魚、番茄	芭樂	豆腐白菜湯 豆腐、白菜、豬肉、黑木耳	✓	✓	✓	✓
3/28	五	吻仔魚菠菜湯 吻仔魚、菠菜	高麗菜粥 高麗菜、豬肉魚板、魚丸、蘿蔔	芭樂	絲瓜麵線 絲瓜、薑絲、麵線	✓	✓	✓	✓
3/31	一	香菇冬粉 香菇、冬粉	燉煮白湯海鮮粥 白米、虱目魚肉、豬肉、花枝、芹菜、高麗菜、洋蔥	芭樂	桂圓紅豆湯 桂圓、紅豆	✓	✓	✓	✓

*本園肉品皆使用國產肉品，敬請家長安心！

2025/2/27 製表

