

新北市中正非營利幼兒園(委託財團法人三之三生命教育基金會辦理)

111.03 月份菜單

	早點		午		餐		午 點
	(每日均供應季節水果)	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	
1	蔬菜烏龍麵	糙米飯	台式三杯雞	吻仔魚蒸蛋	有機蔬菜	魚丸湯	紅豆紫米湯
2	小餐包、豆漿	白米飯	鹹蛋蒸肉	清炒豆芽	有機蔬菜	薑絲蛤蜊湯	肉羹麵線
3	貢丸芙蓉麵線	番茄義大利肉醬麵			有機蔬菜	玉米濃湯	地瓜芋圓湯
4	皮蛋瘦肉粥	白米飯	蜜汁里肌肉	鐵板豆腐	有機蔬菜	洋蔥南瓜湯	慶生會
7	銀絲卷、米漿	什錦海鮮湯麵			有機蔬菜		綠豆薏仁湯
8	油豆腐米粉湯	糙米飯	馬鈴薯燉肉	透抽拌甜豆	有機蔬菜	什錦菇菇湯	奶皇包
9	玉米脆片、牛奶	糙米飯	糖醋燴魚	毛豆蝦仁	有機蔬菜	海芽蛋花湯	起酥蛋糕、決明子茶
10	菠菜雞蛋麵	白米飯	京醬肉絲	絲瓜蛤蜊	有機蔬菜	山藥排骨湯	起司饅頭
11	蒸地瓜、牛奶	蘋果咖哩雞肉飯			有機蔬菜	番茄蛋花湯	綠豆燕麥湯
14	炒嫩蛋、豆漿	糙米飯	芋頭蒸肉	糖醋甜條	有機蔬菜	四神排骨湯	鍋燒意麵
15	莧菜吻仔魚粥	白米飯	香滷雞腿	黄瓜燴蝦仁	有機蔬菜	味噌豆腐湯	煎餃
16	味噌蔬菜拉麵	白米飯	海带燒肉	螞蟻上樹	有機蔬菜	蓮藕排骨湯	草莓吐司、麥茶
17	玉米雞茸粥	白米飯	清蒸鯛魚	番茄燒豆腐	有機蔬菜	白蘿蔔排骨湯	南瓜肉末粥
18	芝麻包、豆漿	壽喜燒肉片丼飯			有機蔬菜	味噌腐皮湯	關東煮
21	高麗菜鹹粥	糙米飯	蘿蔔燉肉	肉末炒豆薯	有機蔬菜	家常酸辣湯	黑糖豆花
22	鮮奶饅頭、黑豆漿	白米飯	香酥魚塊	南瓜櫛瓜炒嫩蛋	有機蔬菜	紫山藥雞湯	蛋花雞絲麵
23	蒲瓜穀粥	白米飯	茄汁雞丁	菇菇玉米筍	有機蔬菜	青木瓜排骨湯	肉燥湯粄條
24	烏龍湯麵	白米飯	冬瓜燒肉	滷味拼盤	有機蔬菜	玉米蘿蔔湯	米苔目
25	大滷麵	糙米飯	洋蔥炒豬肉片	三杯杏鮑菇	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯	榨菜肉絲麵
28	香菇芋頭粥	糙米飯	照燒雞柳	美白菇燴絲瓜	有機蔬菜	黄瓜排骨湯	檸檬愛玉湯
29	黑糖饅頭、豆漿	白米飯	馬鈴薯燉肉	豆包炒大白菜	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	蔥抓餅
30	水煮蛋、米漿	白米飯	彩椒雞丁	香蒜四季豆	有機蔬菜	金針肉絲湯	杯子蛋糕、麥茶
31	全麥吐司、黑豆漿	白米飯	番茄打拋豬肉	三杯豆腐	有機蔬菜	蒜頭雞湯	蘿蔔糕



