

# 國立東華大學附設花蓮縣私立實驗幼兒園

## 107 學年度第二學期

### 3 月份幼兒餐點表

日期	早上點心	午餐	下午點心
3/4(一)	毛豆銀魚粥	糙米飯、馬鈴薯紅蘿蔔花椰豬肉咖哩、海芽湯	麵疙瘩湯
3/5(二)	餛飩湯	糙米飯、瓜仔肉燥、時鮮蔬菜、毛豆三丁、黃豆芽湯	綠豆牛奶
3/6(三)	蔬菜蕎麥麵	山藥雞丁燉飯、時鮮蔬菜、冬瓜大骨湯	全麥吐司、米漿
3/7(四)	全麥吐司、豆漿	糙米飯、豆腐蒸魚、白菜粉絲、時鮮蔬菜、紫菜蛋花湯	肉燥意麵
3/8(五)	油豆腐芹菜米粉湯	糙米飯、香滷翅小腿、木耳炒豆干、時鮮蔬菜、黃瓜高湯	南瓜牛奶脆片
3/11(一)	洋蔥煎餅	糙米飯、蔬菜雞肉炒麵、香菇味噌湯	蒸地瓜
3/12(二)	牛奶蓮子白木耳	糙米飯、紅燒豆腐雞丁、雙色炒蛋、時鮮蔬菜、薑絲蚬仔湯	蔬菜粥
3/13(三)	蘿蔔糕、牛奶	糙米飯、炒鹹豬肉、三色豆炒豆干、時鮮蔬菜、瓠瓜湯	味噌湯麵
3/14(四)	蔬菜米苔目湯	糙米飯、冬瓜悶雞、絲瓜黑白木耳、時鮮蔬菜、高麗味噌菜湯	黑糖饅頭、麥茶
3/15(五)	蛋餅、豆漿	夏威夷炒飯、時鮮蔬菜、羅宋湯	地瓜煎餅
3/18(一)	高麗菜肉末粥	蘑菇花椰通心麵、南瓜濃湯	肉鬆飯糰
3/19(二)	蔬菜煎餅、米漿	糙米飯、杏鮑菇炒雞肉、紅燒豆皮、時鮮蔬菜、海芽味噌湯	青菜粉絲湯
3/20(三)	麵線糊	糙米飯、番茄燉雞、魚香茄子、時鮮蔬菜、枸杞山藥雞湯	地瓜燕麥粥
3/21(四)	饅頭、牛奶	糙米飯、紅白蘿蔔燒肉、豆干炒毛豆、時鮮蔬菜、銀魚蔬菜湯	水煮玉米
3/22(五)	薑汁地瓜湯	山藥雞丁頓飯、時鮮蔬菜、薑絲紫菜湯	豆皮壽司
3/25(一)	蔬菜肉燥麵	糙米飯、銀魚烘蛋、白菜燴豆腐、時鮮蔬菜、花生排骨湯	小餐包
3/26(二)	蛋起司三明治	糙米飯、打拋豬肉、紅蘿蔔蒸蛋、時鮮蔬菜、高麗菜味噌湯	芋頭糕
3/27(三)	全麥饅頭、米漿	蔬菜豬肉炒麵、黃瓜排骨湯	皮蛋肉燥粥
3/28(四)	紅豆牛奶	糙米飯、洋蔥炒蛋、木耳毛豆炒鳳梨、時鮮蔬菜、海帶黃豆芽湯	翡翠湯麵
3/29(五)	地瓜煎餅、豆漿	糙米飯、茄子肉柳、白菜滷、時鮮蔬菜、苦瓜雞湯	小蛋糕

※每日午餐皆提供時令水果以及蔬菜，部分蔬菜是孩子自己種的喔！

以上餐點將依在地食材、氣候及本園幼生飲食特性做及時部分修改

修改部分將公告於 <http://www.ndhuk.ndhu.edu.tw/bin/home.php>

