**台南市麻豆區文正國小附設幼兒園111年第二學期5-8週午餐表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 菜色名稱/食材名稱 | 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | | 蔬菜類 | 水果類 | |
| 3/13 | 一 | 米飯(白米)、筍乾滷肉(腱肉丁、筍乾、蒜仁、薑母片、蔥段)、薑絲炒南瓜(薑母絲、南瓜、粗絞肉)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、貢丸湯(大貢丸、芹菜)、福樂優格 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/14 | 二 | 糙米飯(白米、糙米)、雞肉飯(大成雞肉絲、粗絞肉、鳥蛋)、韭菜炒豆干(韭菜花、小方豆乾、蒜末、辣椒)、蒜香有機油菜(蒜仁、油菜)、冬菜筍絲湯(冬菜末、桶筍、中排丁)、甜桃 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 3/15 | 三 | 米飯(白米)、豆腐石斑(青蔥、蒜末、嫩豆腐、石斑、味噌)、黑胡椒毛豆莢(帶莢青大豆、蒜末)、玉米菠菜(玉米粒、菠菜、蒜末)、蘿蔔玉米排骨湯(中排丁、非基改玉米塊)、義美保久乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/16 | 四 | 義式番茄麵疙瘩(麵粉、蒜末、番茄、義大利麵醬)、雞塊(雞塊)、切達起司貝果、蒜香綠花菜(蒜仁、綠花菜)、波蜜100%葡萄蔬果汁 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/17 | 五 | 米飯(白米)、蔥燒魚(青蔥、旗魚、洋蔥、薑絲、毛豆仁、蒜仁)、炒三色蛋(蛋、鹹蛋、皮蛋)、蒜香青江菜炒鮑菇(蒜仁、青江菜、杏鮑菇)、海帶結排骨湯(海帶結、中排、薑母、紅蘿蔔)、芭樂 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 3/20 | 一 | 蕎麥飯(蕎麥、白米)、麻香魚柳(虱目魚柳)、泡菜炒年糕(韓式泡菜、大白菜、韓式年糕、蒜末)、蒜香大陸妹(蒜仁、大陸妹)、玉米濃湯(非基改甜玉米粒、蛋、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥)、自然零優酪乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/21 | 二 | 米飯(白米)、茄汁雞丁(紅蘿蔔、蒜末、骨腿、蘑菇)、炒玉米肉末(非基因甜玉米粒、黑胡椒醬、蒜末、粗絞肉)、薑絲有機奶油白菜(薑絲、奶油白菜)、砂鍋白菜湯(大白菜、無刺扁魚、木耳、紅蘿蔔)、草莓 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 3/22 | 三 | 沙茶魷魚羹飯(沙茶、魷魚、白米、桶筍、雞蛋、九層塔、乾香菇、高麗菜、蔥、乾木耳、蝦仁)、麵包、蒜香白花椰(蒜仁、白花菜)、光泉保久乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/23 | 四 | 小米飯(小米、白米)、客家小炒(魷魚、豆干、蔥、肉絲)、芹菜炒黑輪(西洋芹、黑輪片、蒜末)、蒜香菠菜(蒜仁、菠菜)、當歸高麗菜湯(高麗菜、薑母、當歸)、揚格優格 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/24 | 五 | 米飯(白米)、三杯洋蔥魚(九層塔、蒜末、薑母片、洋蔥、白鱸)、茶葉蛋(雞蛋)、薑絲鵝白菜(薑絲、鵝白菜)、紅豆薏仁湯(紅豆、薏仁)、香蕉 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 3/25 | 六 | 米飯(白米)、義式風味雞丁(骨腿丁、洋蔥、九層塔、義大利香料)、菜豆炒肉末(蔭豉、四季豆、豬絞肉、蔥、蒜末)、蒜香萵苣(蒜仁、萵苣)、冬菜粉絲湯(冬菜、冬粉)、統一生機有機燕麥飲 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/27 | 一 | 米飯(白米)、韓式泡菜炒肉片(韓式泡菜、蒜仁、大白菜、肉片)、饅頭、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、米粉湯(乾米粉\*切段、油蔥、韭菜末、腿肉絲)、萬丹保久乳 | ˇ | | ˇ | ˇ | |  |
| 3/28 | 二 | 米飯(白米)、菜脯雞(骨腿丁、蔥、蒜仁、薑母片、老菜脯)、西西里鷹嘴豆(鷹嘴豆、西洋芹、紅蘿蔔、番茄、杏鮑菇)、薑絲有機黑夜白菜(薑絲、黑葉白菜)、味噌湯(味噌、板豆腐、青蔥)、芭樂 | ˇ | | ˇ | ˇ | | ˇ |
| 3/29 | 三 | 紅藜飯(紅藜麥、白米)、韓式柚香魷魚(柚子醬、魷魚)、沙茶鮮菇(香菇、袖珍菇、沙茶、蒜末)、乾扁四季豆(四季豆、蒜末、絞肉、蝦米)、豆薯湯(豆薯、中排)、光泉優酪乳 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/30 | 四 | 米飯(白米)、番茄馬鈴薯肉末咖哩(番茄、馬鈴薯、豬絞肉、紅蘿蔔、蒜仁、洋蔥、冷凍殺菁毛豆仁)、綜合滷味(海帶結、豆乾、白蘿蔔、米血、玉米筍)、薑絲乃龍菜(薑絲、乃龍菜)、筍絲湯(桶筍絲、中排丁、薑母片)、台灣產100%黑豆奶 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 3/31 | 五 | 黑米飯(黑米、白米)、紫蘇梅雞(雞骨排、杏鮑菇、四季豆、蒜末、老薑)、海帶芽炒蛋(青蔥、嫩薑、海帶芽、雞蛋)、櫛瓜時蔬(櫛瓜、玉米筍、紅蘿蔔、濕木耳、蒜仁)、鍋燒湯(蝦仁、豬肉片、蛤蠣、小白菜)、蘋果 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |
| 4/3 | 一 | 清明節、兒童節連假 |  |  | |  |  | |
| 4/4 | 二 |  |  | |  |  | |
| 4/5 | 三 |  |  | |  |  | |
| 4/6 | 四 | 米飯(白米)、古早味白切肉片(蒜末、肉片/豬前腿)、塔香蛋(九層塔、蛋)、薑絲有機小松菜(薑絲、小松菜)、竹筍排骨湯(桶筍、中排)、漿究黑豆漿 | ˇ | ˇ | | ˇ |  | |
| 4/7 | 五 | 米飯(白米)、咖哩雞(雞骨腿丁、馬鈴薯、紅蘿蔔、蒜仁、洋蔥、冷凍殺菁毛豆仁)、燴干貝刺瓜(小干貝、刺瓜、鵪鶉水煮蛋、蒜末、紅蘿蔔)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、椰香紫薯西米露(西谷米、紫地瓜、椰汁)、椪柑 | ˇ | ˇ | | ˇ | ˇ | |

備註: 1.餐點表的設計符合幼兒營養、衛生、飲食均衡為原則，每日並有提供新鮮的蔬果。

2.餐點食材會因季節做異動微調，以當日園內出餐狀況為主，不另行公告通知。

3.午餐由麻豆國中出餐，詳細內容請至食材登錄網站參閱

https://fatraceschool.moe.gov.tw/frontend/

4. 本園所一律使用國產豬.牛肉食材。