

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 3 月份餐點表

115.2.25 公告

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		1 全穀 根莖類	2 豆魚肉 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類
2	一	營養燕麥片 牛奶	白米飯	蠔油鮮菇	蔬菜烘蛋	時令蔬菜	南瓜湯	時令水果	貢丸米粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	3	2. 3	3	1	4	1. 2	✓	✓	✓	✓
3	二	蔬菜皮蛋粥	什錦肉絲炒麵				四神湯	時令水果	小餐包 決明茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3				1. 2	4	1	✓	✓	✓	✓
4	三	奶酥吐司 豆漿	五穀飯	醬燒冬瓜	炸花枝丸	時令蔬菜	排骨玉米湯	時令水果	檸檬愛玉凍	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	3	2	3	1. 2	4	3. 4	✓	✓	✓	✓
5	四	清香烏龍湯	高麗菜瘦肉粥			滷蛋		時令水果	菜包 冬瓜露	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3			2		4	1. 3	✓	✓	✓	✓
6	五	芋頭西米露	糙米飯	烤麩滷蘿蔔	紅燒肉	時令蔬菜	蔬菜湯	時令水果	小肉包 鮮果茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2. 3	2	3	3	4	1. 2. 4	✓	✓	✓	✓
9	一	黑糖饅頭 米漿	白米飯	五香肉燥	芹菜炒香菇	時令蔬菜	芙蓉蛋花湯	時令水果	鮮蔬麵線	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2	3	3	2	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
10	二	鮮蔬滑蛋粥	豬肉洋芋燴飯			涼拌菠菜		時令水果	花卷 紅棗茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3			3		4	1. 4	✓	✓	✓	✓
11	三	全麥吐司 豆漿	五穀飯	粉蒸肉	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	金針湯	時令水果	番茄豆腐細粉	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2	2. 3	3	3	4	1. 2. 3	✓	✓	✓	✓
12	四	玉米濃湯	紅燒蘿蔔豬肉麵			涼拌小黃瓜		時令水果	紅豆芋圓湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1. 2. 3			3		4	1	✓	✓	✓	✓
13	五	莧菜魷仔魚粥	糙米飯	香滷小腿	蒜炒豆干	時令蔬菜	大骨絲瓜湯	時令水果	芋泥包 白木耳湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1	2	2. 3	3	2. 3	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
16	一	銀絲卷 牛奶	白米飯	滷油豆腐	黃瓜炒肉丁	時令蔬菜	豆芽肉絲湯	時令水果	南瓜米粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2	2. 3	3	2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓

※ 1. 本園食材來源一律使用國產豬肉 2. 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。



宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 3 月份餐點表

115.2.25 公告

日期	星期	早點	午餐					午點	餐點類別檢核				
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		水果	1 全穀 根莖類	2 豆魚 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類
17	二	蘿蔔糕湯	肉燥乾麵				青菜肉片湯	時令水果	紅豆麵包 有機麥茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3				2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓
18	三	原味吐司 豆漿	五穀飯	海帶燉肉	芹菜炒干絲	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2. 3	2. 3	3	3	4	1	✓	✓	✓	✓
19	四	枸杞麵線	雞絲鮮蔬粥			油條		時令水果	客家粿條	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3			1		4	1	✓	✓	✓	✓
20	五	地瓜粥	糙米飯	開陽白菜	肉卷	時令蔬菜	味噌豆腐湯	時令水果	米香菓 冬瓜露	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	3	2	3	2. 3	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
23	一	椰香饅頭 米漿	白米飯	蔭瓜滷肉	炒三色	時令蔬菜	紫菜湯	時令水果	什錦湯麵	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2. 3	2. 3	3	3	4	1. 2. 3	✓	✓	✓	✓
24	二	鮮菇粥	雞丁蛋炒飯			雙色蘿蔔湯		時令水果	蛋糕 養生茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3			3		4	1	✓	✓	✓	✓
25	三	紅豆吐司 豆漿	五穀飯	滷三味	秀珍菇炒肉絲	時令蔬菜	洋蔥排骨湯	時令水果	蔬菜湯餃	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2. 3	2. 3	3	2. 3	4	1. 2. 3	✓	✓	✓	✓
26	四	蘑菇濃湯	翠片玉子拉麵			涼拌豆干		時令水果	綠豆 QQ 湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3			2		4	1	✓	✓	✓	✓
27	五	海苔粥	糙米飯	馬鈴薯燴肉	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	魚丸湯	時令水果	沙琪瑪 仙楂蘋果湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1	1. 2	2. 3	3	1. 2	4	1. 4	✓	✓	✓	✓
30	一	芋香饅頭 米漿	白米飯	筍絲滷肉	木耳炒豆包	時令蔬菜	胡瓜湯	時令水果	紅麵線湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2. 3	2. 3	3	3	4	1	✓	✓	✓	✓
31	二	養生紫米粥	蘿蔔雞肉粥			海苔絲		時令水果	青蔥饅頭 桂圓茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1. 2. 3			3		4	1. 3	✓	✓	✓	✓

※ 1. 本園食材來源一律使用國產豬肉 2. 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀類、大豆

魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。

