

日期	星期	上午點心		午餐						下午點心	
3/1	三	鮮肉包	豆漿	五穀米飯	鮭魚拌玉米	薑絲炒木耳	時蔬青菜	蘿蔔排骨湯	紅豆麥片粥	水果	
3/2	四	高麗菜肉末粥	水果	胚芽米飯	軟炸豬肉	滷蛋海帶	時蔬青菜	香菇雞湯	地瓜吐司		
3/3	五	小火鍋		海鮮炒麵			時蔬青菜	芹菜魚丸湯	義美雞蛋布丁	水果	
3/6	一	慶生蛋糕	阿華田	肉絲高麗菜蛋炒飯			時蔬青菜	馬鈴薯排骨湯	貢丸冬粉湯	水果	
3/7	二	肉鬆三明治	水果	白米飯	蔥爆豬柳	芹香豆干絲	時蔬青菜	榨菜肉絲湯	紅豆湯圓		
3/8	三	全麥吐司	牛奶	五穀米飯	紅燒魚片	什錦豆腐	時蔬青菜	薑絲蚵仔湯	起司饅頭	水果	
3/9	四	小饅頭	水果	胚芽米飯	三杯雞	紫菜蒸蛋	時蔬青菜	三絲菇湯	玉米肉末粥		
3/10	五	玉米脆片	牛奶	白米飯	咖哩雞肉		時蔬青菜	海帶芽蛋花湯	肉鬆麵包	水果	
3/13	一	青菜湯餃		什錦炒麵			時蔬青菜	冬瓜排骨湯	珍珠丸子	水果	
3/14	二	奶皇包	水果	糙米飯	青蔥炒里肌	涼拌干絲	時蔬青菜	青木瓜排骨湯	蔥抓餅		
3/15	三	金針菇雞肉粥		五穀米飯	瓜仔肉燥	螞蟻上樹	時蔬青菜	海帶結玉米湯	克林姆麵包	水果	
3/16	四	起司三明治	水果	胚芽米飯	蔥油雞	紅燒百頁	時蔬青菜	高麗菜肉絲湯	蘿蔔糕湯		
3/17	五	魷魚羹冬粉		洋蔥雞丁炒飯			時蔬青菜	山藥排骨湯	蘇打餅乾	水果	
3/20	一	鮮奶吐司	阿華田	豬肉燴飯		什錦白菜		羅宋湯	紅豆紫米粥	水果	
3/21	二	蛋餅	水果	糙米飯	蒜苗鯊魚片	韭香肉絲	時蔬青菜	小白菜蛋花湯	三色吐司	牛奶	
3/22	三	關東煮		五穀米飯	香滷雞翅	紅蘿蔔炒蛋	時蔬青菜	四神排骨湯	檸檬愛玉	水果	
3/23	四	肉羹湯麵	水果	胚芽米飯	塔香杏鮑菇	彩椒豆包	時蔬青菜	紫菜肉絲湯	花生豆花		
3/24	五	小起司麵包		韭香肉絲米苔目			時蔬青菜	味噌海帶芽湯	黑糖饅頭	水果	
3/27	一	粿仔條湯		蕃茄義大利麵			時蔬青菜	蘑菇馬鈴薯濃湯	小菠蘿麵包	水果	
3/28	二	鮭魚三明治	水果	白米飯	馬鈴薯燉肉	蕃茄滑蛋	時蔬青菜	大黃瓜排骨湯	仙草蜜		
3/29	三	青菜鮮肉雲吞湯		五穀米飯	蘑菇雞柳	客家小炒	時蔬青菜	蔬菜火鍋餃湯	葡萄乾吐司	水果	
3/30	四	蜂蜜蛋糕	水果	胚芽米飯	香炸雞塊	開陽白菜	時蔬青菜	薑絲蚵仔湯	玉米濃湯		
3/31	五	什錦湯麵		刈包	滷肉	炒高麗菜絲		雙菇蛋花湯	橘子捲	水果	

◎水果及蔬菜以當令蔬果為主。

◎飲品均以無糖、低糖為原則。

◎若您的寶貝有不適合或會過敏的食物，請提前告知該班老師。



