

臺南市龍崎區龍崎國民小學附設幼兒園 114 年 3 月點心供應表

| 週別  | 星期 | 一                  | 二              | 三                  | 四            | 五                  |
|-----|----|--------------------|----------------|--------------------|--------------|--------------------|
| 第五週 | 日期 | 3/3                | 3/4            | 3/5                | 3/6          | 3/7                |
|     | 早點 | 海苔飯糰<br>蘋果         | 餐包             | 馬鈴薯甜筒<br>鮮乳        | 高麗菜包<br>芭樂   | 餛飩湯麵               |
|     | 食材 | 海苔酥、白米、玉米粒、鮭魚、蘋果   | 餐包             | 紅蘿蔔、起司、馬鈴薯、冰淇淋杯、鮮奶 | 高麗菜包、芭樂      | 餛飩、麵條、高麗菜          |
|     | 午點 | 水果蛋糕<br>鮮奶         | 地瓜薯條<br>茂谷柑    | 麵包、豆漿              | 蔥抓餅<br>保久乳牛奶 | 奇異果<br>燕麥優格        |
|     | 食材 | 水果蛋糕、鮮奶            | 地瓜、茂谷柑         | 麵包、豆漿              | 蔥抓餅、牛奶       | 奇異果、燕麥優格           |
| 第六週 | 日期 | 3/10               | 3/11           | 3/12               | 3/13         | 3/14               |
|     | 早點 | 吐司夾蛋<br>芭樂         | 高麗菜煎餅<br>鮮奶    | 起司蛋餅<br>保久乳牛奶      | 黑糖堅果饅頭<br>鮮奶 | 奶油培根<br>義大利麵<br>芭樂 |
|     | 食材 | 雞蛋、吐司、芭樂           | 高麗菜、雞蛋、麵粉、紅蘿蔔  | 起司片、冷凍蛋餅皮、牛奶       | 黑糖堅果饅頭、鮮奶    | 奶油、培根、義大利麵、鮮奶、芭樂   |
|     | 午點 | 清蒸南瓜<br>保久乳牛奶      | 水煮蛋<br>蜜棗      | 午餐配餐麵包<br>豆漿       | 雞塊<br>番茄     | 玉米脆片<br>鮮乳         |
|     | 食材 | 南瓜、牛奶              | 雞蛋、蜜棗          | 麵包、豆漿              | 雞塊、番茄        | 玉米脆片、鮮奶            |
| 第七週 | 日期 | 3/17               | 3/18           | 3/19               | 3/20         | 3/21               |
|     | 早點 | 清粥小菜               | 雞蛋牛奶捲<br>保久乳牛奶 | 紅蘿蔔起司蛋捲<br>奇異果     | 豬肉醬拌麵<br>香蕉  | 雞肉湯包               |
|     | 食材 | 白米、高麗菜、豬肉酥、海苔醬     | 雞蛋牛奶捲、牛奶       | 紅蘿蔔、起司、雞蛋、奇異果      | 豬肉醬、麵條、香蕉    | 雞肉湯包               |
|     | 午點 | 茂谷柑優格              | 珍珠丸子<br>春柑     | 午餐配餐麵包<br>豆漿       | 芝麻包<br>鮮奶    | 地瓜<br>蘋果           |
|     | 食材 | 茂谷柑、低脂優格           | 白飯、豬絞肉、春柑      | 麵包、豆漿              | 芝麻包、鮮奶       | 地瓜、蘋果              |
| 第八週 | 日期 | 3/24               | 3/25           | 3/26               | 3/27         | 3/28               |
|     | 早點 | 火鍋冬粉湯<br>芭樂        | 蛋炒飯<br>保久乳牛奶   | 馬鈴薯煎餅<br>藍莓        | 鹹粥           | 雞肉菠菜麵              |
|     | 食材 | 小白菜、燕餃、雞蛋、豬肉、冬粉、芭樂 | 白飯、雞蛋、玉米粒、牛奶   | 馬鈴薯、牛奶、奶油、藍莓       | 豬肉、小白菜、蛋、白飯  | 菠菜麵條、雞胸肉、高麗菜、玉米粒   |
|     | 午點 | 玉米脆片<br>鮮乳         | 小番茄            | 午餐配餐麵包<br>豆漿       | 蘋果優格         | 旗魚黑輪<br>香蕉         |
|     | 食材 | 玉米脆片、鮮奶            | 小番茄            | 麵包、豆漿              | 蘋果、低脂優格      | 旗魚黑輪、香蕉            |
| 第九週 | 日期 | 3/31               |                |                    |              |                    |
|     | 早點 | 炸醬麵<br>保久乳牛奶       |                |                    |              |                    |
|     | 食材 | 炸醬、白麵、牛奶           |                |                    |              |                    |
|     | 午點 | 蛋餅、奇異果             |                |                    |              |                    |
|     | 食材 | 蛋餅皮、奇異果            |                |                    |              |                    |

餐點設計者：教保員卓淑穎

營養師：營養師黃寶琴

校長：

臺南市龍崎區龍崎國民小學校長陳賢瓊