

112年3月餐點表

				3/1星期三		3/2星期四		3/3星期五	
				餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點				蔬菜肉末粥	白米	雜糧饅頭+牛奶	雜糧饅頭	慶生蛋糕	慶生蛋糕
					豬絞肉		牛奶		
					高麗菜				
					乾香菇				
午餐				腰果雞丁炒飯	白米	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
					雞丁		白米		白米
					熟腰果	蘑菇肉片	蘑菇	蜜汁小腿	翅小腿
					紅甜椒		洋蔥		素雞腿
					洋蔥		梅花肉片	滷白菜	紅蘿蔔
				菇菇鮮肉湯	生香菇	紅絲甜不辣	紅蘿蔔		白菜
					肉絲		甜不辣		香菇
					薑絲	時蔬	時蔬	黃瓜肉絲湯	大黃瓜
				時蔬	時蔬	當季水果	當季水果		豬肉絲
				當季水果	當季水果			時蔬	時蔬
								當季水果	當季水果
午點				客家粿條	粿條	沙茶冬粉湯	冬粉	虱目魚丸湯	魚丸
					豆芽菜		豬肉絲		芹菜
					肉絲		玉米		
					紅蘿蔔絲		小白菜		
					木耳絲				

112年3月餐點表

112年3月餐點表										
	3/6星期一		3/7星期二		3/8星期三		3/9星期四		3/10星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	切仔麵	麵條 豆芽菜 肉燥	奶酥餐包+洛神花茶	奶酥餐包 洛神花茶	台式碎脯粥	白米 碎菜脯 乾香菇 芹菜 瘦絞肉	芋泥包+麥茶	芋泥包 麥茶	香菇肉絲米苔目	乾香菇絲 芹菜 肉絲 米苔目 油蔥少許
午餐	芋香飯	芋頭 白米	薏仁飯	薏仁 白米	滑蛋豬肉燴飯	白飯 雞蛋	糙米飯	糙米 白米	芝麻飯	芝麻 白米
	彩椒雞柳	雞肉 紅甜椒絲 黃甜椒絲 青椒絲	醬爆素肥腸	麵腸 甜豆莢 甜麵醬		梅花肉 毛豆 生香菇	冬瓜燒雞	冬瓜 雞肉 紅蘿蔔	瓜仔肉	絞肉 脆花瓜 白色花椰菜 綠色花椰菜
	玉米炒蛋	玉米 炒蛋	燴三菇	香菇 金針菇 杏鮑菇	四味雞湯	雞肉 紅棗 蘿蔔	清炒馬鈴薯	馬鈴薯 紅蘿蔔	金菇紫菜湯	金針菇 芹菜 紫菜
	榨菜肉絲湯	榨菜 肉絲	海帶蛋花湯	海帶芽 蛋花		紅棗 蘿蔔		乾金針 太白粉	有機蔬菜 當季水果	有機高麗菜 當季水果
	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬		枸杞		嫩薑		
	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	時蔬 當季水果	時蔬 當季水果	時蔬 當季水果	時蔬 當季水果		
午點	綜合豆腐羹	豆腐 絞肉 芹菜末 紅蘿蔔絲	素炒米粉	米粉 高麗菜 芹菜末 乾香菇 紅蘿蔔 炸豆皮	咖哩冬粉	冬粉 雞胸肉絲 紅蘿蔔 馬鈴薯 咖哩塊	香Q玉米	玉米	紅豆麥片湯	紅豆 麥片

112年3月餐點表

3/13星期一		3/14星期二		3/5星期三		3/6星期四		3/17星期五		
餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	
早點	紅豆餐包+柚子茶	紅豆餐包	大滷麵	麵條	皮蛋瘦肉粥	白米	菜包+決明茶	菜包	麻油蛋麵線	白麵線
		柚子茶		肉絲		皮蛋		決明茶		薑絲
				竹筍		絞肉				蔥花
				紅蘿蔔		油條				肉絲
				黑木耳						麻油
				雞蛋						蛋
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	金瓜炒米粉	細乾米粉	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米		南瓜		白米		白米
	玉米滑雞丁	玉米粒	紅燒豆包	豆包		乾香菇	打拋豬	絞肉	醬爆雞丁	雞丁
		馬鈴薯		香菇		肉絲		九層塔		豆干
		雞丁		紅蘿蔔		芹菜末		蕃茄		毛豆
		洗選蛋		青豆仁	菜頭貢丸湯	白蘿蔔		蒜頭		甜麵醬
	肉末韭菜花	韭菜花	木耳炒金菇	金菇		貢丸	芹香麵腸	西洋芹	咖哩魚蛋	淡水魚丸
		絞肉		木耳		香菜		麵腸		咖哩
	雪蓮子湯	紅棗	玉米蛋花湯	玉米粒	時蔬	時蔬	味噌小魚湯	豆腐		紅蘿蔔
		雪蓮子		蛋	當季水果	當季水果		吻仔魚	木須肉絲湯	肉絲
		枸杞		蔥花				味噌		木耳絲
	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬				蔥花		紅蘿蔔
	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果			時蔬	時蔬		薑絲
							當季水果	當季水果		
								時蔬		時蔬
								當季水果		當季水果
午點	蔬菜通心粉濃湯	高麗菜	紫米小湯圓	小湯圓	蔬菜麵疙瘩	麵疙瘩	什錦炒板條	板條	玉米脆片+牛奶	玉米脆片
		洋菇		紫米		高麗菜		肉絲		牛奶
		洋蔥				蕃茄		紅蘿蔔絲		
		馬鈴薯				肉燥		洋蔥		
		冷凍玉米粒						木耳絲		
		通心粉								

112年3月餐點表

	3/20星期一		3/21星期二		3/22星期三		3/23星期四		3/24星期五		3/25星期六	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	餛飩麵	餛飩	千層蛋糕+麥茶	千層蛋糕	麥片肉末粥	白米	雙色饅頭+牛奶	雙色饅頭	香芋米粉湯	米粉(粗)	爆漿餐包+豆漿	爆漿餐包
		素餛飩		麥茶		麥片		牛奶		芋頭		豆漿
		小白菜				瘦絞肉				芹菜末		
		小烏龍麵								乾香菇		
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	翡翠叻仔魚炒飯	叻仔魚	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻	芋香飯	芋頭
		白米		白米		青江菜		白米		白米		白米
	油豆腐碎肉	油豆腐	四色丁炒蛋	三色豆		蛋	咖哩雞丁	雞肉丁	咕咾肉	梅花肉丁	雞肉井	雞丁
		豬絞肉		豆干丁		洋蔥		洋蔥		紅椒、黃椒		洋蔥
	滷鳥蛋	滷包		蛋		紅蘿蔔		紅蘿蔔		紅蘿蔔		蛋
		鳥蛋	三杯杏鮑菇	杏鮑菇	酸辣湯	豆腐		咖哩塊		洋蔥		生香菇
	香菇雞湯	雞丁		蒜仁		黑木耳		馬鈴薯	蘑菇百頁	紅蘿蔔	塔香海茸	海茸
		乾香菇絲		薑		紅蘿蔔	肉絲炒豆干	豆乾		百頁		九層塔
		薑絲		九層塔		金茸菇		肉絲		蘑菇	蔬食豆腐養神湯	蓮藕
	時蔬	時蔬	番茄蔬菜湯	番茄		蛋		芹菜	山藥鮮雞湯	山藥		馬鈴薯
	當季水果	當季水果		金針菇	時蔬	時蔬	白菜肉片湯	肉片		枸杞		紅蘿蔔
				小白菜	當季水果	當季水果		小白菜		雞丁		豆腐
			時蔬	時蔬				薑絲	有機蔬菜	有機高麗菜		杏鮑菇
			當季水果	當季水果			時蔬	時蔬	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬
							當季水果	當季水果			當季水果	當季水果
午點	鄉下蔬菜湯	馬鈴薯	關東煮	白蘿蔔	當歸雞肉麵線	雞丁	蔬菜湯餃	水餃	地瓜米苔目	米苔目	QQ滷味	豆乾
		洋蔥		竹輪		麵線		紅蘿蔔		地瓜		甜不辣
		番茄		甜不辣		當歸料包		高麗菜				素腰花
		高麗菜		紅蘿蔔		薑絲		秀珍菇				海帶結
						高麗菜						

112年3月餐點表

3/27星期一		3/28星期二		3/29星期三		3/30星期四		3/31星期五		
餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	肉燥炒米粉	米粉	
早點	木須炒麵	小烏龍麵	鮮奶吐司+米漿	鮮奶吐司	海帶芽銀魚粥	白米	銀絲卷+牛奶	銀絲卷	韭菜	
		大白菜		米漿		海帶芽		牛奶	豆芽菜	
		紅蘿蔔絲				叻仔魚			絞肉	
		蛋				蔥				
		木耳絲								
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	水餃	水餃	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米	玉米濃湯	玉米粒		白米		白米
	醬冬瓜肉燥	冬瓜醬	蘿蔔滷麵輪	麵輪		玉米醬	海帶根炒肉絲	海帶根	麻油菇菇雞	雞肉
		絞肉		紅蘿蔔		洋蔥		肉絲		杏鮑菇
		冬瓜		白蘿蔔		蛋		紅蘿蔔		紅蘿蔔
		蔥	什錦豆腐煲	豆腐		素火腿	木耳燴黃瓜	木耳		薑
	芹香海帶絲	芹菜		三色豆	當季水果	當季水果		大黃瓜		枸杞少量
		海帶絲	家常羅漢湯	雞蛋(蛋花)			牛蒡雞湯	牛蒡	南瓜滑蛋	南瓜
	髮菜羹湯	髮菜		杏鮑菇				雞肉		雞蛋
		紅蘿蔔		馬鈴薯			時蔬	時蔬	雙色蘿蔔湯	白蘿蔔
		金針菇		紅蘿蔔			當季水果	當季水果		紅蘿蔔
		香菜	時蔬	時蔬						香菜
	時蔬	時蔬	當季水果	當季水果					時蔬	時蔬
	當季水果	當季水果							當季水果	當季水果
午點	小米綠豆粥	綠豆	麻醬麵	小烏龍麵	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕	肉羹雞絲麵	雞絲麵	芋香西米露	芋頭
		小米		麻醬		豬肉絲		肉羹		西米露
		米		花生粉		乾香菇絲		乾香菇		椰漿
						高麗菜絲		芹菜		海帶結
						素蘿蔔糕		紅蘿蔔		