

四維國小112學年度3月份菜單									幼兒園3月點心餐點表	
週次	日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果/乳品	上午點心	下午點心
3	3/1	五	糙米飯	芹菜炒豆干	玉米炒蛋	有機蔬菜	地瓜芋圓湯		客家板條	水果雙拼
4	3/4	一	芝麻飯	鮭魚肉燥	豆卷白菜	青菜(產銷)	藥燉肉片湯	水果	生日蛋糕+鮮奶	結頭雞湯
	3/5	二	糙米飯	冬瓜燒肉	紅燒豆腐	有機蔬菜	海帶芽蛋湯		皮蛋瘦肉粥	紅豆芋圓湯
	3/6	三	特餐	香菇雞蛋瘦肉粥	什錦滷味	青菜(產銷)	芋泥包	水果	茄汁空心麵	火鍋什錦湯
	3/7	四	紫米飯	蜜汁烤雞翅	雙色花椰菜	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	鮮奶	奶黃包	菇菇雞湯
	3/8	五	糙米飯	宮保麵腸	香菇蒸蛋	有機蔬菜	冬瓜山粉圓		味噌豆腐魚片拉麵	木瓜+鮮奶
5	3/11	一	芝麻飯	香酥魚排	芝麻海帶根	青菜(產銷)	蕃茄蛋花湯	水果	餛飩鮮蔬湯	玉米濃湯
	3/12	二	糙米飯	起司炒雞丁	芋香四寶	有機蔬菜	酸菜肉片湯		鮮魚蔬菜粥	茶葉蛋+麥茶
	3/13	三	特餐	肉燥乾麵	三杯雞	青菜(產銷)	冬瓜魚丸湯	水果	絲瓜蛋麵線	綠豆燕麥珍珠鮮奶
	3/14	四	紅藜飯	蘿蔔燉排骨	西芹什錦	有機蔬菜	酸辣湯	優酪乳	銀絲卷	山藥雞湯
	3/15	五	糙米飯	鹽水蔬食	菜脯蔥蛋	有機蔬菜	綠豆QQ湯	豆奶	校外教學:麵包+豆漿	
6	3/18	一	芝麻飯	砂鍋魚丁	炒三絲	青菜(產銷)	燕菁豚骨湯	水果	鮮蔬蘿蔔糕湯	南瓜堅果鮮奶
	3/19	二	糙米飯	豬肉壽喜燒	黃瓜什錦	有機蔬菜	味噌鮮魚湯		瘦肉糙米粥	蔬菜滷味拼盤
	3/20	三	特餐	火腿蛋炒飯	香酥雞塊	青菜(產銷)	香菇雞湯	水果	海鮮湯麵	花生燕麥牛奶湯
	3/21	四	麥片飯	蓮藕炒雞丁	蕃茄肉醬	有機蔬菜	青木瓜湯	鮮奶	奶油玉米	蘿蔔排骨湯
	3/22	五	糙米飯	咖哩油豆腐	蛤蜊蒸蛋	有機蔬菜	銀耳蓮子湯		水煎包	水果雙拼
7	3/25	一	芝麻飯	蒲燒鯛魚腹排	佛跳牆	青菜(產銷)	金針湯	水果	鮮蔬肉絲炒麵	冰心地瓜+鮮奶
	3/26	二	糙米飯	鮮菇雞丁	燜桂竹筍	有機蔬菜	大黃瓜湯		五穀養生粥	玉米排骨湯
	3/27	三	特餐	肉絲麵線羹	蔬菜關東煮	青菜(產銷)	蔥肉餡餅	水果	酸辣湯餃	黑糖珍珠豆花
	3/28	四	燕麥飯	洋蔥豬柳	腰果南瓜	有機蔬菜	羅宋湯	優酪乳	鮭魚蛋吐司	地瓜芋頭甜湯
	3/29	五	糙米飯	豆腐粉絲煲	小黃瓜炒蛋	有機蔬菜	四喜甜湯		油腐肉燥飯	水果+鮮奶

★本園膳食一律使用國產豬、牛肉

四維國小113學年3月份菜單

週次	日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果/乳品
	3/1	五	糙米飯	芹菜豆干	玉米炒蛋	有機蔬菜	地瓜芋圓湯	
W4	3/4	一	芝麻飯	素肉燥	豆卷白菜	青菜(產銷)	藥燉玉米湯	水果
	3/5	二	糙米飯	冬瓜燒皮絲	紅燒豆腐	有機蔬菜	海帶芽蛋湯	
	3/6	三	特餐	香菇雞蛋粥	什錦滷味	青菜(產銷)	芋泥包	水果
	3/7	四	麥片飯	蜜汁烤豆干食蔬	雙色花椰菜	有機蔬菜	榨菜湯	鮮奶
	3/8	五	米飯	宮保麵腸	香菇蒸蛋	有機蔬菜	冬瓜山粉圓	
W5	3/11	一	芝麻飯	素翠玉捲	芝麻海根豆干	青菜(產銷)	蕃茄蛋花湯	水果
	3/12	二	糙米飯	起司炒素雞	芋香四寶	有機蔬菜	酸菜金針湯	
	3/13	三	特餐	素肉燥乾麵	三杯杏鮑菇	青菜(產銷)	冬瓜素魚湯	水果
	3/14	四	燕麥飯	蘿蔔燒素肚	西芹什錦	有機蔬菜	酸辣湯	優酪乳
	3/15	五	糙米飯	鹽水食蔬	菜脯炒蛋	有機蔬菜	綠豆QQ湯	豆奶
W6	3/18	一	芝麻飯	砂鍋素獅子頭	炒三絲	青菜(產銷)	燕菁湯	水果
	3/19	二	米飯	壽喜燒油豆片	黃瓜什錦	有機蔬菜	味噌豆腐湯	
	3/20	三	特餐	素火腿蛋炒飯	香酥素雞塊	青菜(產銷)	香菇山藥湯	水果
	3/21	四	麥片飯	蓮藕炒黑干	蕃茄洋芋	有機蔬菜	青木瓜湯	鮮奶
	3/22	五	米飯	咖哩油豆腐	原味蒸蛋	有機蔬菜	銀耳蓮子湯	
W7	3/25	一	芝麻飯	蒲燒鯛魚腹排	佛跳牆	青菜(產銷)	金針湯	水果
	3/26	二	糙米飯	鮮菇素雞	燜桂竹筍	有機蔬菜	大黃瓜湯	
	3/27	三	特餐	麵線羹	蔬菜關東煮	青菜(產銷)	豆沙包	水果
	3/28	四	燕麥飯	香酥豆包	腰果南瓜	有機蔬菜	羅宋湯	優酪乳
	3/29	五	糙米飯	豆腐粉絲煲	小瓜炒蛋	有機蔬菜	四喜甜湯	

* 食材來源一律使用國產豬、牛肉