

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度下學期

三月份 幼兒點心單

\*本校附幼餐點一律使用國產肉品食材

日期	星期	上午點心 9:30	下午點心 2:30
3	一	雙棗枸杞桂圓湯	水果+牛乳
4	二	麻油雞腿湯麵	水果+牛乳
5	三	芝麻起司地瓜燒+現煮豆漿	水果+果汁
6	四	叻仔魚排骨五穀粥	水果+牛乳
7	五	貢丸米粉湯/拍攝畢業照	水果+牛乳
8/9	六/日		
10	一	綠豆薏仁湯	水果+牛乳
11	二	薑絲魚片豆腐湯	水果+牛乳
12	三	南瓜玉米煎餅+現煮豆漿	水果+果汁
13	四	菇菇蔬菜瘦肉糙米粥	水果+牛乳
14	五	花生牛奶+槓餅/大班多元體驗	水果+牛乳
15/16	六/日		
17	一	生日蛋糕+蜂蜜牛蒡茶/慶生會	水果+牛乳
18	二	百菇枸杞雞湯	水果+牛乳
19	三	蘿蔔糕蔥蛋+現煮豆漿/藝文深耕	水果+果汁
20	四	雙棗銀耳蓮子湯	水果+牛乳
21	五	菠菜肉絲蛤蠣麵	水果+牛乳
22/23	六/日		
24	一	焗烤蕃茄通心麵	水果+牛乳
25	二	青菜玉米肉絲小米粥	水果+牛乳
26	三	海苔肉鬆起司紫米飯糰+現煮豆漿	水果+果汁 /大班戲劇體驗
27	四	鮮蝦香菇手作貓耳	水果+牛乳
28	五	海帶豆腐蛋花湯	水果+牛乳
29/30	六/日		
31	一	紅豆紫米湯	水果+牛乳

承辦人：

園主任：

健康中心：

校長：

# 基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園 113 學年度下學期

## 三月份 餐點材料明細單(17 人)

● 本園餐點設計原則：

1. 餐點設計配合四季節氣，以營養均衡、維護健康、提升身體素質為原則，以當季原型食材為優先，以自製為主，並留意當學年幼兒個別飲食禁忌。
2. 上午以養生甜湯、暖身煲湯、麵食、粥品或米食均分，下午以水果+健康飲品為主。
3. 每週可有至少一次雖價高但營養的食材，肉類以雞肉、海鮮為主，豬肉另驗萊劑。
4. 米類以白米、糙米、多穀米、紫米、小米均衡搭配。
5. 週一水果自訂(以共廚午餐不易出現的種類為主)、週三搭本校現煮豆漿、週二~五共廚午餐水果飲品留用。

日期	星期	上午點心 9:30	下午點心 2:30	食材訂購明細
				紅字:訂購、[中括號網底:存貨/自購]
3	一	雙棗枸杞桂圓湯	水果+牛乳	水果-草莓 1 公斤 [黑棗、紅棗、枸杞、桂圓]
4	二	麻油雞腿湯麵	水果+牛乳	老薑 1 支(或 0.5 公斤) [麵條、高麗菜、雞腿肉]
5	三	芝麻起司地瓜燒+ 現煮豆漿	水果+果汁	地瓜 12 條(或 3 公斤) [起司、芝麻]
6	四	吻仔魚排骨五穀粥	水果+牛乳	吻仔魚 0.3 公斤、小排骨 0.3 公斤、紅 蘿蔔 1 條(或 0.2 公斤) [五穀米/白米、高麗菜、薑]
7	五	貢丸米粉湯 /拍攝畢業照	水果+牛乳	小白菜 0.5 公斤 [貢丸、米粉、蝦米、乾香菇、高麗菜]
10	一	綠豆薏仁湯	水果+牛乳	水果-香蕉 18 條 [綠豆、薏仁]
11	二	薑絲魚片豆腐湯	水果+牛乳	鯛魚片 1 公斤、嫩豆腐 1 盒 [高麗菜、薑]
12	三	南瓜玉米煎餅+現 煮豆漿	水果+果汁	南瓜 1 顆、雞蛋 10 顆 [玉米粒]
13	四	菇菇蔬菜瘦肉糙米 粥	水果+牛乳	金針菇 1 包(或 0.2 公斤)、雪白菇 1 盒 (或 0.2 公斤)、洋蔥 1 顆、高麗菜 1 顆 (或 1 公斤) [高麗菜、絞肉]
14	五	花生牛奶+極餅 /大班多元體驗	水果+牛乳	[極餅、紅皮花生、牛奶]
17	一	生日蛋糕+蜂蜜牛 蒡茶/慶生會	水果+牛乳	水果-葡萄 2 串(或 1 公斤) [蛋糕、蜂蜜、牛蒡茶]

18	二	百菇枸杞雞湯	水果+牛乳	鮮香菇 0.2 公斤、袖珍菇 0.2 公斤、雪白菇 0.2 公斤、杏鮑菇 1 朵(或 0.4 公斤)、高麗菜 1 顆(或 1 公斤) [雞腿肉、枸杞]
19	三	蘿蔔糕蔥蛋+現煮 豆漿/藝文深耕	水果+果汁	蘿蔔糕、青蔥 1 支(或 0.1 公斤)、雞蛋 10 顆
20	四	雙棗銀耳蓮子湯	水果+牛乳	[黑棗、紅棗、蓮子、白木耳]
21	五	菠菜肉絲蛤蠣麵	水果+牛乳	菠菜 0.3 公斤、豬肉絲 0.3 公斤、紅蘿蔔 1 條(或 0.2 公斤)、蛤蠣 1 公斤 [麵條]
24	一	焗烤蕃茄通心麵	水果+牛乳	綠花椰菜 1 朵、大蕃茄 4 顆、洋蔥 1 顆、水果-楊桃 8 顆 [乳酪絲、通心麵、絞肉]
25	二	青菜玉米肉絲小米 粥	水果+牛乳	小白菜 0.3 公斤 [小米/白米、玉米粒、肉絲]
26	三	海苔肉鬆起司紫米 飯糰+現煮豆漿	水果+果汁 /大班戲劇體驗	[紫米/白米、海苔、肉鬆、起司片]
27	四	鮮蝦香菇手作貓耳	水果+牛乳	帶殼毛豆 1 公斤、洋蔥 1 顆 [乾香菇、蝦、麵粉]
28	五	海帶豆腐蛋花湯	水果+牛乳	蔥 1 支(或 0.1 公斤)、嫩豆腐 2 盒、雞蛋 10 顆 [海帶芽]
31	一	紅豆紫米湯	水果+牛乳	水果-小蕃茄 1 公斤 [紅豆、紫米]