

# 桃園市立大溪幼兒園 112年 2.3月循環餐點表

日期	星期	序號	早點	午點	主食	午餐	主穀	豆魚	蔬	脂	水	奶	熱量 (大卡)	
							雜糧類(份)	蛋肉類(份)	菜類(份)	堅果類(份)	果類(份)	類(份)		
2/16	五	5	麵包+豆漿	海鮮粥	芝麻飯	糖醋肉+高麗菜炒蛋+青菜+豆腐味噌湯+水果	5	1.2	1.2	1.4	1		569	
2/17	六	4	煎包+米漿	紅豆燕麥粥	特餐	客家米苔目+魷魚排+青菜+海結玉米湯+水果	5.2	1.1	1.1	1.6	1		584	
2/19	一	6	肉絲板條湯	茶葉蛋+麥茶	白米飯	雞肉親子丼+醬拌黑干+青菜+絲瓜蛋花湯+水果	5.2	1.6	1.2	1.3	1		600.5	
2/20	二	7	茶碗蒸	綠豆粉圓湯	紫米飯	五香肉燥+鮮瓜菇菇+青菜+酸白菜肉片湯+水果	4.9	1.3	1.4	1.2	1		563.5	
2/21	三	8	芝麻包+牛奶	吻仔魚鹹粥	特餐	肉絲炒麵+冬瓜燒雞+青菜+柴魚海芽湯+水果	5.1	1.1	1.2	2	1	0.5	672.5	
2/22	四	9	什錦丸子湯	慶生蛋糕+麥茶	特餐	肉絲蛋炒飯+香炒魷魚條+青菜+羅宋湯+水果	4.8	1.4	1.1	1.3	1		559	
2/23	五	10	紅豆吐司+牛奶	冬粉什錦湯	蕎麥飯	蘿蔔燉肉+蔥香蒸蛋+青菜+三菇湯+水果	5.2	1.3	1.3	1.2	1	0.5	657	
2/26	一	11	客家鹹粥	綜合魚丸湯	白米飯	瓜子絞肉+杏鮑菇肉絲+青菜+蕃茄蛋花湯+水果	5.1	1	1.2	1.3	1		560.5	
2/27	二	12	雞絲麵線	地瓜芋圓湯	糙米飯	孜然雞丁+茄汁豆包+青菜+山藥大骨湯+水果	5.2	1.3	1.3	1.5	1		595.5	
2/28	三	13	<b>二二八和平紀念日</b>											
2/29	四	14	包子+蕃茄蛋花湯	統一布丁	特餐	刀削大滷麵+蒜香軟排+青菜+水果	5.1	1.2	1	1.3	1		566.5	
3/1	五	15	豆沙包+阿華田	南瓜鹹粥	胚芽飯	玉米雞丁+紅娘炒蛋+青菜+青木瓜大骨湯+水果	5.2	1.6	1.2	1.5	1		609.5	
3/4	一	16	什錦菇菇湯餃	雞塊+玉米濃湯	白米飯	梅干焗肉+麻婆豆腐+青菜+蔬菜湯+水果	5.3	1.2	1.3	1.6	1		601.5	
3/5	二	17	芝麻球+桂格調味包	紅豆薏仁湯	燕麥飯	蘑菇豬柳+飄香滷味+青菜+排骨雪針湯+水果	5	1.2	1.2	1.5	1		573.5	
3/6	三	18	餐包+牛奶	香菇雞湯麵	特餐	咖哩雞燴飯+滷蘿蔔貢丸+青菜+蛤仔冬瓜湯+水果	5.2	1.1	1.1	1.4	1	0.5	650	
3/7	四	19	廣東粥	慶生蛋糕+冬瓜茶	特餐	金瓜米粉+清蒸魚片+青菜+蔥香蛋花湯+水果	5.1	1.2	1.2	2	1		603	
3/8	五	20	蛋糕+牛奶	羅宋排骨湯	糙米飯	糖醋雞柳+田園四喜+青菜+魚丸湯+水果	5.4	1.3	1.2	1.5	1	0.5	682	
3/11	一	21	水煎包+紫菜湯	蘑菇麵+麥茶	白米飯	五彩雞丁+番茄炒蛋+青菜+四神肉片湯+水果	5	1.5	1.4	1.4	1		590.5	
3/12	二	22	小蛋糕+桂格調味包	油豆腐粉絲	紫米飯	花瓜雞+三杯百頁+青菜+大瓜菇菇湯+水果	5.1	1.4	1.4	1.6	1		601	
3/13	三	23	玉米脆片+牛奶	甜不辣蘿蔔湯	特餐	蠔油豬燴飯+香腸+青菜+昆布味噌湯+水果	5.1	1.2	1.1	2	1	0.5	675.5	
3/14	四	24	鹹米苔目湯	水煮蛋+青菜豆腐湯	特餐	海鮮湯麵+蜜汁翅小腿+青菜+水果	5	1.3	1.1	1.4	1		572	
3/15	五	25	葡萄吐司+豆漿	甜湯圓	五穀飯	椒鹽魚丁+白醬洋芋+青菜+鳳梨雞湯+水果	5.2	1.3	1.4	1.4	1		593.5	
3/18	一	26	雞蛋麵線	古早味鹹粥	白米飯	蔥油雞+香菇冬瓜+青菜+豆腐青菜湯+水果	5.3	1.2	1.5	1.3	1		593	
3/19	二	27	柴魚關東煮	黑糖饅頭+豆漿	糙米飯	咖哩雞+醬淋油豆腐+青菜+玉米蛋花湯+水果	5.2	1.3	1.3	1.4	1		591	
3/20	三	28	麵包+牛奶	燒賣+紫菜蛋花湯	特餐	鮭魚蛋炒飯+香Q滷蛋+青菜+豚肉豆腐湯+水果	5.3	1.4	1.2	2	1	0.5	703	
3/21	四	29	酸辣湯餃	綠豆麥片湯	特餐	玉米瘦肉粥+三杯魷魚圈+青菜+水果	4.8	1.3	1.1	1.3	1		553.5	
3/22	五	30	小餐包+牛奶	肉羹湯	燕麥飯	南瓜燉肉+洋蔥炒蛋+青菜+五行蔬菜湯+水果	5.1	1.5	1.3	1.4	1	0.5	670	
3/25	一	31	蔬食蒸蛋	榨菜肉絲麵	白米飯	日式壽喜燒+家常豆腐+青菜+海芽味噌湯+水果	5.4	1.3	1.2	1.2	1		593.5	
3/26	二	32	青菜吻仔魚粥	紅糖紫米紅豆湯	五穀飯	味噌肉片+玉米滑蛋+青菜+豆腐青菜湯+水果	5.3	1.3	1.5	1.4	1		603	
3/27	三	33	三色吐司+牛奶	什錦甜不辣湯	特餐	芋頭鹹粥+黑胡椒肉柳+青菜+水果	5.3	1.5	1.1	2	1	0.5	706	
3/28	四	34	小籠包+冬瓜茶	地瓜QQ湯	特餐	蘑菇炒麵+鐵路排骨+青菜+酸菜肉片湯+水果	5	1.3	1.1	1.5	1		576.5	
3/29	五	35	鮭魚蛋三明治+米漿	餛飩麵	紫米飯	海結燒雞+芹香豆干+青菜+薑絲冬瓜湯+水果	5.2	1.6	1.2	1.6	1		614	