

# 財團法人國家衛生研究院附設苗栗縣私立幼兒園108年3月份菜單



廚工：陳傳國

日期	週	早點心			午餐						午點心	
		主食	副食	副食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯	水果	主食	副食
3/4	一	蔥抓餅	米漿		梅干滷肉	青椒鮑菇	滷味	青菜	紫菜丸片湯	水果	葡萄乾吐司	枸杞紅棗茶
3/5	二	蔬菜炒麵	菜脯蛋	青菜	蔥爆豬柳	竹輪脆瓜	玉米雞茸	青菜	香菇雞湯	水果	紅豆紫米粥	
3/6	三	芝麻包	牛奶		茄汁燴雞柳	糖醋百頁	西芹彩椒	青菜	蛋花湯	水果	茶葉蛋	綠豆湯
3/7	四	草莓吐司	豆漿		鐵板煎肉排	咖哩花椰	蕃茄油腐	青菜	朴菜粉絲湯	水果	水煎包	麥片珍珠
3/8	五	河粉蛋餅	米漿		養生飯+醬爆豬肉	玉瓜杏菇	金菇海芽	青菜	大瓜素絲湯	水果	日式拉麵	
3/11	一	蛋餅	豆漿		台式炒麵	清蒸魚片	朴菜筍干	青菜	蔬菜海味湯	水果	關東煮	
3/12	二	黑糖桂圓饅頭	米漿		金瓜燒肉	香滷海帶片	毛豆干丁	青菜	玉米蛋花湯	水果	味噌烏龍麵	
3/13	三	(草莓)大亨堡	鮮奶		芝麻烤雞腿	糖醋女婿蛋	小瓜香菇	青菜	酸菜豬血湯	水果	烤地瓜	綠豆QQ
3/14	四	芙蓉鮮菇粥	肉鬆	青菜	香煎魚	螞蟻上樹	奶香白花	青菜	紫菜蛋花湯	水果	蔥油派	冬瓜茶
3/15	五	鍋貼	豆漿		蔥爆雞肉	蜜棗地瓜	白菜木須	青菜	四神湯	水果	鮮肉包	紅豆湯
3/18	一	銀絲卷	米漿		瓜仔肉	香腸	紅燒豆腐	青菜	海帶芽湯	水果	甜八寶粥	
3/19	二	蘿蔔糕	豆漿		水餃	糖醋豆包	魚香三色	青菜	白菜肉羹湯	水果	肉羹麵線	
3/20	三	蛋餅	阿華田		梅干滷肉	絲瓜麵線	紅蘿蔔炒蛋	青菜	榨菜三絲湯	水果	小蛋糕	麥茶
3/21	四	地瓜粥	香菇麵筋	青菜	紅燒肉排	蔬菜咖哩	醬爆干丁	青菜	蘿蔔魚丸湯	水果	水煮玉米	椰漿西米露
3/22	五	全麥饅頭	米漿		肉絲炒麵	香料烤雞腿	青菜1	青菜2	酸菜豬血湯	水果	油飯	蛋花湯
3/25	一	鍋貼	豆漿		清蒸魚	蕃茄炒蛋	吻魚海芽	青菜	味噌豆腐湯	水果	豆沙包	玉米濃湯
3/26	二	芙蓉蔬菜粥	滷油豆腐	青菜	夏威夷炒飯	脆瓜玉米	蔬香豆干	青菜	青菜蛋花湯	水果	油蔥河粉湯	
3/27	三	奶黃包	豆漿		養生飯+京醬燒肉	季豆香豉	沙茶冬粉	青菜	玉米雞湯	水果	餡餅	綠豆湯
3/28	四	抓餅	米漿		香烤雞腿	玉米肉茸	瓜仔肉	青菜	朴菜筍片湯	水果	小銀絲卷	麥片甜湯
3/29	五	蘿蔔糕	豆漿		台式炒麵	清蒸魚片	香酥龍鳳腿	青菜	銀蘿貢丸湯	水果	茶葉蛋	綠豆湯