

臺中市私立愛森倫幼兒園 114年3月餐點表

日期	早上點心		午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧	豆肉蛋魚	蔬菜	水果
2025/03/01	六							
2025/03/02	日							
2025/03/03	一	洋芋玉米濃湯	清蒸魚片、日式蒸蛋、季節青菜、金針排骨湯、水果	地瓜湯	√	√	√	√
2025/03/04	二	慶生蛋糕、牛奶	紅蘿蔔炒雞丁、麻婆豆腐、季節青菜、大黃瓜排骨湯、水果	高麗菜糙米粥	√	√	√	√
2025/03/05	三	水餃蔬菜湯	毛豆肉絲蛋炒飯、玉米排骨湯、水果	紅豆牛奶紫米湯	√	√	√	√
2025/03/06	四	皮蛋瘦肉粥	香菇豆輪肉燥、芹菜白干絲、季節青菜、鮮採菇菇湯、水果	芋頭豆花	√	√	√	√
2025/03/07	五	豆漿、銀絲捲	馬鈴薯燉肉、蒜香三色豆、季節青菜、翠綠蛋花湯、水果	什錦烏龍麵	√	√	√	√
2025/03/08	六							
2025/03/09	日							
2025/03/10	一	蔬菜貢丸湯	螞蟻上樹、南瓜炒蛋、季節青菜、包白什錦湯、水果	綠豆小米粥	√	√	√	√
2025/03/11	二	蛋汁雞絲麵	糖醋肉、蔥燒豆腐、季節青菜、花椰菜湯、水果	馬鈴薯玉米濃湯	√	√	√	√
2025/03/12	三	南瓜彩穀粥	豬肉什錦燴飯、水果	餛飩麵	√	√	√	√
2025/03/13	四	全麥吐司、牛奶	炸雞排、紅蘿蔔絲蒸蛋、季節青菜、排骨結頭湯、水果	芋頭米粉湯	√	√	√	√
2025/03/14	五	芋香米粉湯	魚丁燒豆腐、韭菜炒豆干、季節青菜、海帶蛋花湯、水果	牛奶大燕麥	√	√	√	√
2025/03/15	六							
2025/03/16	日							
2025/03/17	一	蔥蛋麵線	香菇肉燥豆輪、玉米炒蛋、季節青菜、洋蔥馬鈴薯湯、水果	八寶粥	√	√	√	√
2025/03/18	二	肉絲白菜冬粉湯	海苔肉鬆、麻婆豆腐、季節青菜、黃瓜排骨湯、水果	醬汁炒蛋、地瓜粥	√	√	√	√
2025/03/19	三	吻仔魚滑蛋粥	金沙南瓜炒米粉、蘿蔔豆腐貢丸湯、水果	牛奶、蔬菜蘇打餅	√	√	√	√
2025/03/20	四	蔬菜水餃湯	糖醋魚片、香煎菜圃蛋、季節青菜、蛤蠣冬瓜湯、水果	傳統豆花	√	√	√	√
2025/03/21	五	豆漿、鮮奶饅頭	梅干扣肉、銀魚炒豆芽、季節青菜、蔬菜菇菇湯、水果	綠豆地瓜湯	√	√	√	√
2025/03/22	六							
2025/03/23	日							
2025/03/24	一	麻油枸杞麵線	洋芋燉肉、洋蔥炒蛋、季節青菜、結頭菜排骨湯、水果	芋頭香菇粥	√	√	√	√
2025/03/25	二	客家板條湯	醬瓜蒸魚、滷海帶豆干、季節青菜、肉絲金針湯、水果	紅豆燕麥粥	√	√	√	√
2025/03/26	三	地瓜蔬菜雞肉粥	香菇肉燥炒麵、什錦蔬菜湯、水果	豆漿、夾心吐司	√	√	√	√
2025/03/27	四	木須番茄麵	韭香肉末豆干、菜圃炒蛋、季節青菜、雙色蘿蔔湯、水果	什錦羅宋麵	√	√	√	√
2025/03/28	五	牛奶、黑糖饅頭	洋蔥炒雞丁、魯豆包、季節青菜、日式番茄蛋花湯、水果	日式關東煮	√	√	√	√
2025/03/29	六							
2025/03/30	日							
2025/03/31	一	香菇肉燥麵	香菇蘿蔔燉肉、白菜豆皮滷、季節青菜、排骨玉米湯、水果	廣東粥	√	√	√	√

★本園每日供應蔬果類，肉類食品一律採用 CAS 國產豬肉、雞肉，因市場供需，餐點會彈性調整。★本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、含麵質之穀物及上述所列製品，不適合過敏者食用。幼兒如有過敏 家長請事先告知。

