

# 庫奇季節性餐點 113 年 03 月

※本園使用國產豬

※本園沒有使用液蛋

日期	星期	早餐	午餐	點心	餐點類別檢核				
					全穀根	豆魚肉	蔬菜類	水果類	
3 月 1 日	五	*玉米肉末粥 玉米、豬絞肉 胚芽米白飯	*番茄時蔬燴飯 番茄、花椰菜 肉末、紅 k *胚芽米白飯	*當令水果 *味噌豆腐湯 豆腐 味噌 青蔥	*什錦蔬菜湯 肉末、洋蔥 蔬菜、紅 k	√	√	√	√

# 庫奇季節性餐點 113 年 03 月

※本園使用國產豬 ※本園沒有使用液蛋

日期	星期	早餐	午餐	點心	餐點類別檢核				
					全穀根	豆魚肉	蔬菜類	水果類	
3 月 4 日	一	*時蔬冬粉 蔬菜、冬粉 肉末	*大滷麵 肉末、大白菜 紅 k、鮮菇 木耳、油麵  *當令水果	*蔬菜豆腐湯 蔬菜、豆腐 肉末	√	√	√	√	
3 月 5 日	二	*絲瓜麵線 絲瓜、肉末 麵線	*胚芽米白飯 *玉米炒肉末 玉米、肉末、紅 k *應時青菜 *當令水果	*大黃瓜燴鮮菇 大黃瓜、鮮菇 紅 k *時蔬肉末湯 時蔬、肉末	*蔬菜羹麵 木耳、紅 k 洋蔥、肉末 蛋、麵	√	√	√	√
3 月 6 日	三	*玉葉粥 玉米、肉末 高麗菜、胚芽米 白飯	*胚芽米白飯 *蠔油豆干 肉末、豆干 *應時青菜 *當令水果	*炒三色 玉米、紅 k 毛豆 *青菜蛋花湯 青菜 蛋 肉末	*麵線糊 麵線、蛋、絞肉 時蔬	√	√	√	√
3 月 7 日	四	*番茄豆腐麵 番茄、豆腐 肉末、青蔥	*胚芽米白飯 *塔香麵腸 麵腸、九層塔 *應時青菜 *當令水果	*番茄豆腐 豆腐、番茄醬 蔥末、肉末 *金針湯 金針、肉末	*什錦蔬菜麵 玉米、紅 k 高麗菜、洋蔥 肉末、麵	√	√	√	√
3 月 8 日	五	*豆腐肉末粥 豆腐、肉末 胚芽米白飯	*香菇時蔬燴飯 肉末、香菇 洋芋、紅 k 木耳、金針菇 *胚芽米白飯  *當令水果	*養生時蔬湯 枸杞、時蔬、絞肉	*絲瓜冬粉湯 絲瓜、紅 k 冬粉	√	√	√	√

# 庫奇季節性餐點 113 年 03 月

※本園使用國產豬 ※本園沒有使用液蛋

日期	星期	早餐	午餐	點心	餐點類別檢核				
					全穀根	豆魚肉	蔬菜類	水果類	
3 月 11 日	一	*玉米蛋花粥 玉米、絞肉 蛋、胚芽米白飯	*芋香肉絲麵 芋頭、韭菜、油麵 紅 K、絞肉  *當令水果	*什錦蔬菜湯 時蔬、鮮菇 豆腐、番茄	√	√	√	√	
3 月 12 日	二	*雞絲麵 雞絲麵、蛋 肉末、時蔬	*胚芽米白飯 *五香豆干香肉 高麗菜、肉末 豆干片 *應時青菜  *麻婆豆腐 肉末、豆腐、豆瓣醬 *金針菇湯 金針菇、肉末  *當令水果	*養生蔬菜粥 紅 k、鮮菇、洋蔥 高麗菜、稀飯	√	√	√	√	
3 月 13 日	三	*滑蛋肉末粥 蛋、胚芽米白飯 絞肉、青蔥	*胚芽米白飯 *玉米炒肉丁 玉米、紅 k 肉末 *應時青菜	*螞蟻上樹 冬粉、肉末、木耳 紅 k *牛蒡湯 牛蒡、肉末、薑絲  *當令水果	*什錦蔬菜麵 玉米、紅 k 高麗菜、洋蔥 肉末、麵	√	√	√	√
3 月 14 日	四	*時蔬冬粉 時蔬、冬粉 肉末	*胚芽米白飯 *滷豆干 小豆干、洋蔥 金針菇 *應時青菜	*雙 K 燉肉 紅 K、白 K、絞肉 *海芽豆腐湯 海芽、豆腐、絞肉  *當令水果	*玉米清敦湯 玉米、洋芋 肉末、紅 k	√	√	√	√
3 月 15 日	五	*海芽豆腐粥 海芽、豆腐 肉末、胚芽米白飯	*時蔬燴飯 高麗菜、鮮菇 紅 k、蛋、玉米 胚芽米白飯  *當令水果	*金針冬粉湯 金針、冬粉、肉末  *當令水果	*蔬菜麵 蔬菜、絞肉 紅 k、麵	√	√	√	√

# 庫奇季節性餐點 113 年 03 月

※本園使用國產豬 ※本園沒有使用液蛋

日期	星期	早餐	午餐	點心	餐點類別檢核				
					全穀根	豆魚肉	蔬菜類	水果類	
3 月 18 日	一	*肉絲冬粉 肉絲、蔥花 冬粉	*客家肉絲麵 韭菜、肉末 豆芽、紅 k 洋蔥、油麵  *當令水果	*三絲湯 紅 K、白 K 大黃瓜、肉末	✓	✓	✓	✓	
3 月 19 日	二	*香蔥麵線 麵線、蔥、肉末	*胚芽米白飯 *玉米炒肉丁 肉末、玉米、紅 k *應時青菜 *當令水果	*蒜香胡蘿蔔 青蒜、紅 k  *大黃瓜湯 肉末、大黃瓜	*味噌豆腐湯 味噌、豆腐 肉末、青蔥	✓	✓	✓	✓
3 月 20 日	三	*玉米蛋花粥 玉米、肉末 蛋、胚芽米白飯	*胚芽米白飯 *糖醋肉 絞肉 洋蔥 番茄醬 *應時青菜	*番茄洋芋 番茄 洋芋 番茄醬 *枸杞肉末湯 枸杞 肉末 *當令水果	*番茄豆腐羹 肉絲、番茄、豆腐 青蔥	✓	✓	✓	✓
3 月 21 日	四	*枸杞養生麵 枸杞、肉末 麵	*胚芽米白飯 *馬鈴薯燉肉 馬鈴薯 絞肉 *應時青菜 *當令水果	*炒三丁 紅 k、玉米粒、 豆干丁 *雙絲湯 紅 K、洋蔥、肉末	*時蔬湯 季節蔬菜 薑、絞肉	✓	✓	✓	✓
3 月 22 日	五	*豆腐肉末粥 豆腐、肉末 胚芽米白飯	*五香肉燥飯 香菇、肉燥、 肉末、紅 k、白 k *胚芽米白飯	*當令水果  *鮮菇肉末湯 鮮菇、肉末	*番茄蔬菜湯 番茄、時蔬 絞肉	✓	✓	✓	✓

# 庫奇季節性餐點 113 年 03 月

※本園使用國產豬 ※本園沒有使用液蛋

日期	星期	早餐	午餐	點心	餐點類別檢核				
					全穀根	豆魚肉	蔬菜類	水果類	
3 月 25 日	一	*蔬菜雞絲麵 雞絲麵、蛋 高麗菜	*咖哩湯麵 肉末、洋蔥 紅 k、咖哩 洋芋、油麵  *當令水果	*海芽味噌麵 味噌、海芽 蔥花、肉末 麵	√	√	√	√	
3 月 26 日	二	*海芽麵線 海芽、麵線 肉末	*胚芽米白飯 *時蔬炒肉丁 紅 k、時蔬、肉丁 *應時青菜 *當令水果	*茄汁玉米 玉米、肉末、番茄醬 *白 K 湯 肉末、白 K	*玉米濃湯 玉米、馬鈴薯、雞蛋 紅 K	√	√	√	√
3 月 27 日	三	*芋頭麵 芋頭、麵 肉末	*胚芽米白飯 *炒三色豆 絞肉、三色豆 *應時青菜 *當令水果	*番茄豆腐 板豆腐、蔥 絞肉 *海芽豆腐湯 海芽、豆腐、青蔥	*鮮菇冬粉 鮮菇、油蔥、冬粉 肉末	√	√	√	√
3 月 28 日	四	*養生蔬菜粥 紅 k、鮮菇、洋蔥 高麗菜、胚芽米 白飯	*胚芽米白飯 *肉末炒洋芋 洋芋、肉末 *應時青菜 *當令水果	*悶燒洋蔥 洋蔥、肉末 紅 k、時蔬 *鮮菇枸杞湯 鮮菇、枸杞	*客家板條 豆芽、韭菜、油蔥 粿仔條、肉末	√	√	√	√
3 月 29 日	五	*時蔬麵 青菜、紅 K、時蔬 麵、絞肉	*滑蛋燴飯 蛋、金針菇 青菜、香菇 胚芽米白飯	*海芽豆腐湯 海芽、豆腐  *當令水果	*番茄蔬菜湯 番茄、絞肉 青菜、	√	√	√	√