

# 桃園市私立百合精緻托嬰中心 115 年 3 月份餐點表

週次	星期一 (Monday)		星期二 (Tuesday)		星期三 (Wednesday)		星期四 (Thursday)		星期五 (Friday)		
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	
第一週	早點	香菇粥		冬粉湯		香菇湯麵		高麗菜粥		香菇板條	
		十穀飯	白米 + 十穀	白米飯	白米	蕎麥飯	白米 + 蕎麥	小米飯	白米 + 小米	白米飯	白米
	午餐	紅蘿蔔 炒蛋	木耳	高麗菜 燴飯	高麗菜	油豆腐 炒玉米	紅蘿蔔	螞蟻上樹	香菇	日式咖哩	馬鈴薯
			紅蘿蔔		香菇/毛豆		玉米		冬粉		素雞丁
			蛋		紅蘿蔔		油豆腐		紅蘿蔔		紅蘿蔔
		香菇	芹菜							毛豆	
		碎瓜	碎瓜			豆芽		蕃茄			
		炒豆腐	豆腐			炒花椰菜	花椰菜	蕃茄炒蛋	蛋		
						紅蘿蔔		毛豆			
		小白菜				青江菜		大白菜			
	蕃茄蛋花湯	蕃茄	紫菜 蛋花湯	紫菜	香菇 蘿蔔湯	白蘿蔔	酸辣湯	筍絲	冬瓜湯	冬瓜	
		蛋		蛋		香菇		嫩豆腐		薑絲	
點心	高麗菜粥/香蕉		葡萄麵包/麥茶/柳丁		綠豆湯/柳丁		雞絲麵/橘子		素貢丸米粉湯/橘子		
第二週	早點	素香麵線		小米粥		素肉冬粉湯		素肉燥麵		香菇米苔目	
		白米飯	白米	白米飯	白米	燕麥飯	白米 + 燕麥	小米飯	白米+ 小米	白米飯	白米
	午餐	蘿蔔燒 海帶節	白蘿蔔	燴大白菜	大白菜	紅絲炒蛋	蛋	沙茶豆 干	豆干	什錦燴飯	紅蘿蔔
			紅蘿蔔		香菇		玉米粒		木耳		玉米粒
			木耳		豆腐		紅蘿蔔		紅蘿蔔		青豆仁
		醬汁 燒豆包	玉米粒			玉米 炒菜圍	玉米	茄汁杏鮑 菇	蕃茄		大白菜
	豆包				紅蘿蔔		杏鮑菇		木耳		
		紅蘿蔔				菜圍		木耳		甜椒	
		菠菜				高麗菜		青江菜			
		紫菜 蛋花湯	紫菜	鮮菇 冬瓜湯	香菇	味噌湯	豆腐	蕃茄 蛋花湯	蕃茄	蘿蔔湯	白蘿蔔
	雞蛋		冬瓜		海帶芽		蛋		木耳		
			薑							素丸子	
點心	香菇米粉湯/香蕉		奶油餐包/菊花茶/柳丁		綠豆麥片粥/柳丁		素貢丸板條湯/橘子		紅豆湯/橘子		
第三週	早點	麵線		素貢丸冬粉湯		玉米粥		紅燒烏龍麵		鹹米苔目	
		十穀米飯	白米+十穀米	白米飯	白米	蕎麥飯	蕎麥+白米	燕麥飯	白米+燕麥	白米飯	白米
	午餐	三色豆腸	三色豆	素火腿炒 高麗菜	素火腿	香菇炒 四季豆	香菇	油豆腐滷 海帶結	油豆腐	馬鈴薯燴 綠花椰	馬鈴薯
			豆腸		高麗菜		四季豆		海帶結		紅蘿蔔
					紅蘿蔔						
		炒豆芽	豆芽		毛豆	蘿蔔滷 油豆腐	蘿蔔	炒雙椰	白花椰		毛豆
	紅蘿蔔				油豆腐		綠花椰				
		木耳				香菇		紅蘿蔔			
		小白菜				油菜		高麗菜			
		紫菜蛋花湯	紫菜	蛋花湯	蛋	冬瓜湯	冬瓜	玉米 蛋花湯	玉米	蘿蔔湯	蘿蔔湯
	蛋		薑		蛋		香菇				
點心	香菇玉米粥/香蕉		蛋糕/牛奶/柳丁		米粉湯/柳丁		板條/柳丁		綠豆/橘子		

桃園市私立百合精緻托嬰中心 115 年 3 月份餐點表

第四週	早點	素貢丸冬粉湯		米苔目鹹湯		雞蛋麵線		烏龍麵		香菇板條		
	午餐	蕎麥飯	白米 + 蕎麥	燕麥飯	白米 + 燕麥	白米飯	白米	小米飯	小米+白米	白米	白米	
		海帶絲	海帶絲	甜椒	甜椒	玉米炒蛋	蛋/玉米	素雞	素雞	大白菜燴 杏鮑菇	大白菜	
			豆干片		油豆腐		紅蘿蔔		甜椒		杏鮑菇	
			炒素肉絲	素肉絲	毛豆		毛豆		紅蘿蔔		紅蘿蔔	
		蕃茄炒蛋	蕃茄	油豆腐	毛豆	炒雙椰	白花椰	蘿蔔乾	蘿蔔乾		木耳	
			蛋				綠花椰	炒豆干	豆乾丁		豆芽	
			紅蘿蔔				毛豆					
	小白菜				A 菜		高麗菜					
	竹筍湯	竹筍	蘑菇	玉米粒	玉米	白蘿蔔	豆腐	豆腐	素貢丸	素貢丸		
紅蘿蔔		玉米醬		甜玉米		蕃茄		蛋				
		玉米濃湯	蘑菇	蘿蔔湯				蕃茄湯		蛋花湯		
點心	香菇羹麵/香蕉		雜糧麵包/牛奶/柳丁		椰香奶露/柳丁		香菇板條/橘子		桂圓枸杞粥/柳丁			
第五週	早點	雞蛋麵線		米苔目鹹湯		雞蛋麵線		烏龍麵		香菇板條		
	午餐	蕎麥飯	白米 + 蕎麥	燕麥飯	白米 + 燕麥	白米飯	白米飯	小米飯	小米+白米	白米	白米	
		炒三色豆	毛豆	大白菜	大白菜	糖醋甜椒	甜椒	豆包	豆包	馬鈴薯燴 杏鮑菇	馬鈴薯	
			玉米		油豆腐		杏鮑菇		甜椒		杏鮑菇	
			紅蘿蔔	油豆腐	毛豆		毛豆		木耳		紅蘿蔔	
		炒豆芽	豆芽	油豆腐	毛豆	炒花椰菜	毛豆	蘿蔔乾炒	蘿蔔乾		杏鮑菇	木耳
			紅蘿蔔				綠花椰	豆干	豆乾丁			毛豆
	香菇		紅蘿蔔				毛豆					
	小白菜				A 菜		大白菜					
	竹筍湯	竹筍	蘑菇	玉米粒	玉米	白蘿蔔	豆腐	豆腐	素貢丸	素貢丸		
紅蘿蔔		玉米醬		甜玉米		蕃茄		蛋				
		玉米濃湯	蘑菇	蘿蔔湯				蕃茄湯		蛋花湯		
點心	香菇羹麵/香蕉		雜糧麵包/牛奶/柳丁		椰香奶露/柳丁		香菇板條/橘子		桂圓枸杞粥/柳丁			