成真幼兒園

Healthy Meal Planner

	早餐	午餐	點心
3/1	牛奶燕麥	什錦炒麵、 肉絲青菜蛋花湯、水果、冬瓜蛤蠣湯	什錦麵
3/4	豆漿、饅頭	香Q白飯、醬爆雞丁、炒時蔬、紫菜小魚湯、水果	鮮肉粥
3/5	清粥、炒蛋	鮮蔬炒飯、豆腐時蔬湯、水果	蔬菜粉絲
3/6	豆漿、蛋餅	鮮肉水餃、炒時蔬、青菜豆腐湯、水果	玉米濃湯
3/7	炒蛋、牛奶	香Q白飯、油豆腐、蒸蛋、洋葱炒肉絲、味增湯、水果	蔬菜粥
3/8	蚵仔麵線	什錦炒麵、 肉絲青菜蛋花湯、水果、冬瓜蛤蠣湯	油豆腐米粉
3/11	小籠包、豆漿	香Q白飯、吻仔魚炒蛋、洋葱雞柳、冬瓜蛤蠣湯、水果	鮮肉包子
3/12	玉米濃湯	鮮蔬什錦炒麵、紫菜豆腐湯、水果	香菇玉米粥
3/13	清粥小菜	洋葱爆肉絲、滷蛋、炒時蔬、貢丸湯、水果	蛋肉粥
3/14	十穀米粥	香Q白飯、醬爆雞丁、炒時蔬、紫菜小魚湯、水果	廣東粥
3/15	燕麥牛奶	香Q白飯、五香滷肉、蒸蛋、紫菜蛋花湯、水果	雞蛋麵線
3/18	蚵仔麵線	鮮肉水餃、炒時蔬、青菜豆腐湯、水果	廣東粥
3/19	清粥小菜	鮮蔬炒飯、蕃茄豆腐湯、水果	素什錦麵
3/20	牛奶燕麥	香Q白飯、五香滷肉、青菜、青菜豆腐湯、水果	玉米濃湯
3/21	蛋肉粥	義大利肉醬麵、玉米濃湯、水果	鮮肉包子

本園餐點採用國產豬牛肉品　　本園未使用核食

成真幼兒園

Healthy Meal Planner

	早餐	午餐	點心
3/22	豆漿、銀絲捲	香Q白飯、油豆腐、蒸蛋、洋葱炒肉絲、味增湯、水果	香菇玉米粥
3/25	牛奶燕麥	香Q白飯、醬爆雞丁、炒時蔬、紫菜小魚湯、水果	素什錦麵
3/26	十穀米粥	鮮蔬炒飯、蕃茄豆腐湯、水果	豆沙包
3/27	蛋肉粥	鮮肉水餃、炒時蔬、玉米濃湯、水果	廣東粥
3/28	玉米粥	香Q白飯、香滷雞翅、番茄炒蛋、炒時蔬、水果	十穀米粥
3/29	燕麥牛奶	洋葱爆肉絲、滷蛋、炒時蔬、貢丸湯、水果	雞蛋麵線

本園餐點採用國產豬牛肉品　　本園未使用核食