

台中市西區大同國民小學附設幼兒園【112年8-9月】點心表與營養分析

日期	星期	上午點心	下午點心	全穀 根莖	油脂與 堅果種子	蔬菜	乳品	水果	豆魚 肉蛋	熱量
				(份)	(份)	(份)	(份)	(份)	(份)	(大卡)
8/30	三	玉米脆片+鮮奶	活力水果	1.3	0.4	0.4	0.7	0.5	0.9	370
8/31	四	蛋花纖蔬元寶湯	綜合豆花	2.2	0.4	0.9	0	0	0.8	364
9/1	五	香菇筍絲肉羹麵	壽司+味噌湯	2	0.6	0.7	0	0	0.9	360
9/4	一	藍莓土司+鮮奶	大布丁	2.1	0.3	0.5	0.7	0	0.7	374
9/5	二	台式炒麵+蔬菜湯	香菇筍片軟排盅	2	0.4	0.6	0	0	1.2	367
9/6	三	高麗菜吻仔魚粥	活力水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	360
9/7	四	慶生會	檸檬愛玉+蘇打餅	1.9	0.5	0.7	0	0	1.1	367
9/8	五	紅燒白玉排骨麵	茶葉蛋+豆漿(微糖)	2	0.6	0.8	0	0	0.8	360
9/11	一	黑糖小饅頭+鮮奶	香菇雞	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	374
9/12	二	咖哩雞肉豆腐烏龍麵	珍珠丸子+紫菜湯	1.8	0.6	0.8	0	0	1	364
9/13	三	廣式蘿蔔糕湯	活力水果	1.6	0.3	1	0	0.5	0.8	362
9/14	四	清粥小菜	小餐包+水果茶	2	0.5	0.7	0	0	1.1	365
9/15	五	什錦蛋花雞絲麵	紅豆牛奶湯	1.7	0.6	0.5	0.7	0	0.8	373
9/18	一	馬拉糕+鮮奶	日式壽喜燒	2.1	0.3	0.5	0.7	0	0.7	374
9/19	二	義大利番茄肉醬貝殼麵	綠豆地瓜湯	2.2	0.6	0.7	0	0	0.8	369
9/20	三	雙色蛋雞茸糙米粥	活力水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.9	363
9/21	四	鮮蔬肉燥米苔目鍋	雞茸玉米濃湯	2	0.6	0.8	0	0	0.8	368
9/22	五	日式高纖關東煮	醬燒小肉包+麥茶	1.9	0.5	0.7	0	0	1.1	366
9/23	六	鮮蔬餛飩湯	鮮奶仙草凍	1.9	0.4	0.6	0.7	0	0.7	375
9/25	一	奶皇包+鮮奶	味噌鮮魚豆腐鍋	1.5	0.5	0.6	0.7	0	1	373
9/26	二	鍋燒海陸意麵	白蘿蔔玉米雞捲湯	1.8	0.4	0.9	0	0	1.2	364
9/27	三	南瓜雞茸粥	活力水果	2	0.4	0.6	0	0.5	0.7	362
9/28	四	菇菇白菜冬粉煲	鮮奶酪	1.9	0.5	0.8	0	0	1.1	368
9/29	五	中秋節補假								

※本園一律使用國產豬。本園不使用日本福島等五縣市之食材。

