

台中市西區大同國民小學附設幼兒園【112年7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)
7/3	一	玉米脆片+鮮奶	關東煮	1.5	0.5	0.7	0.7	0	0.8	375
7/4	二	鮮蔬雲吞湯	紅豆奶油捲	2	0.5	0.7	0	0	1.1	365
7/5	三	銅鑼燒	統一布丁	2.2	0.7	0.7	0	0	0.8	367
7/6	四	南瓜雞茸粥	活力水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.9	358
7/7	五	蕃茄肉醬貝殼麵	醬燒小肉包+麥茶	1.8	0.7	0.8	0	0	1	368
7/10	一	藍莓吐司+豆漿	檸檬愛玉+蘇打餅	2.2	0.7	0.7	0	0	0.8	374
7/11	二	紅藜小米雞茸粥	壽司+味噌湯	2.3	0.5	0.7	0	0	0.8	377
7/12	三	客家版條	肉鬆麵包+水果茶	1.8	0.7	0.7	0	0.5	0.7	372
7/13	四	紅燒排骨麵	花生豆花	1.7	0.8	0.7	0	0	1.1	368
7/14	五	皮蛋瘦肉粥	可頌+優酪乳	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	377
7/17	一	牛奶饅頭+豆漿	綠豆地瓜湯	2	0.7	0.7	0	0	0.9	374
7/18	二	什錦蛋花雞絲麵	壽司+味噌湯	2	0.7	0.8	0	0	0.8	367
7/19	三	白醬雞肉貝殼麵	活力水果	1.9	0.5	0.7	0	0.5	0.7	365
7/20	四	南瓜玉米濃湯	紅豆奶油餅	2	0.4	0.9	0	0	0.9	362
7/21	五	高麗菜稀飯+蔥蛋+肉鬆	仙草牛奶湯	1.7	0.7	0.5	0.7	0	0.8	375
7/24	一	銀絲卷+牛奶	雞蛋糕+麥茶	2	0.3	0.7	0.7	0	0.7	377
7/25	二	香菇筍絲瘦肉粥	綜合小丸子湯	2.2	0.5	0.7	0	0	1	367
7/26	三	台南擔仔麵	活力水果	1.5	0.7	0.7	0	0.5	0.9	362
7/27	四	蛋花鮮蔬元寶湯	小時候大餅+冬瓜茶	1.9	0.5	0.9	0	0	0.9	370
7/28	五	鍋燒鮮蔬意麵	紅豆薏仁湯	2.3	0.5	0.7	0	0	0.8	362
7/31	一	白吐司+草莓醬+豆漿	翠玉白菜獅子頭冬粉	2.2	0.7	0.7	0	0	0.8	369

※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。

