

台中市西區大同國民小學附設幼兒園【112 年 1 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)
1/2	一	元旦補假								
1/3	二	克林姆餐包+鮮奶	山藥杏鮑菇雞湯	1.7	0.6	0.5	0.7	0	0.8	375
1/4	三	鮮蔬拌拌米苔目湯	活力水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	360
1/5	四	慶生會	鮮蔬玉米豆包湯	2	0.4	0.6	0	0	1.2	367
1/6	五	白醬雞柳貝殼麵	香菇筍絲肉羹	2	0.5	0.7	0	0	1.1	365
1/7	六	鮮蔬餛飩湯	紅豆紫米湯圓甜湯	1.8	0.6	0.8	0	0	1	368
1/9	一	玉米脆片+鮮奶	雞茸玉米濃湯	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	372
1/10	二	絲瓜蛋花麵線	壽司+紫菜湯	2.2	0.6	0.7	0	0	0.8	364
1/11	三	紅藜小米滑蛋粥	活力水果	1.6	0.3	1	0	0.5	0.8	355
1/12	四	鮭魚小漢堡+麥茶	粉圓豆花	1.9	0.6	0.8	0	0	0.9	368
1/13	五	台南擔仔麵	日式高纖關東煮	2	0.5	0.8	0	0	1	358
1/16	一	紅豆包+鮮奶	翠玉白菜獅子頭冬粉	1.5	0.6	0.6	0.7	0	0.8	376
1/17	二	高麗菜稀飯+蔥蛋+肉鬆	綠豆地瓜湯	2	0.6	0.7	0	0	0.9	364
1/18	三	白蘿蔔玉米雞捲鍋	活力水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.9	358
1/19	四	咖哩雞柳烏龍麵	原味蛋糕+麥茶	2.3	0.5	0.7	0	0	0.8	366

※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。

