

臺中市西區大同國民小學附設幼兒園【113 年 3 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)
3/1	五	台式蔬菜湯麵	雞茸玉米濃湯	2.2	0.4	0.9	0	0	0.8	370
3/4	一	芝麻包+鮮奶	雜糧滑蛋粥	1.6	0.3	0.8	0.7	0	0.9	374
3/5	二	草菇粉絲煲	沙茶花枝羹	2	0.4	0.6	0	0	1.2	367
3/6	三	三色蛋瘦肉粥	活力水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	355
3/7	四	慶生會	醬燒小肉包+麥茶	2	0.6	0.8	0	0	0.8	360
3/8	五	營養大滷麵	紫米紅豆牛奶	1.6	0.3	0.8	0.7	0	0.9	371
3/11	一	牛奶小饅頭+鮮奶	芹香魚片粥	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	374
3/12	二	蕃茄肉醬貝殼麵	金黃燒賣+紫菜湯	1.8	0.6	0.8	0	0	1	364
3/13	三	鮮蔬餛飩湯	活力水果	1.6	0.3	1	0	0.5	0.8	362
3/14	四	絲瓜香菇滑蛋粥	紅燒白玉軟排盅	1.9	0.6	0.9	0	0	0.8	365
3/15	五	咖哩雞肉烏龍麵	紅豆奶油捲+麥茶	2.2	0.6	0.7	0	0	0.8	369
3/18	一	藍莓吐司+鮮奶	高麗菜吻仔魚粥	2.1	0.3	0.5	0.7	0	0.7	374
3/19	二	什錦蛋花雞絲麵	綜合豆花	2.2	0.5	0.6	0	0	1	363
3/20	三	九尾草杏鮑雞湯	活力水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.8	366
3/21	四	清粥小菜	小餐包+豆漿	1.8	0.4	0.9	0	0	1.2	368
3/22	五	客家香菇肉絲板條湯	日式壽喜燒	1.9	0.5	0.8	0	0	1.1	360
3/25	一	玉米脆片+鮮奶	南瓜雞茸粥	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	374
3/26	二	肉燥米粉湯	白玉雞捲鍋	1.8	0.5	1	0	0	0.9	362
3/27	三	蛋花鮮蔬元寶湯	活力水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.9	363
3/28	四	包潤餅活動	吐司夾起士片+麥茶	2	0.6	0.8	0	0	0.8	368
3/29	五	紅燒排骨麵	芋頭牛奶西米露	1.6	0.5	0.5	0.7	0	1	370

※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。

