

台中市西區大同國民小學附設幼兒園【112年10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)
10/2	一	乳酪吐司+鮮奶	獅子頭翠玉白菜火鍋	1.8	0.4	0.4	0.7	0	0.9	370
10/3	二	白醬雞柳貝殼麵	蕃茄滑蛋鮮蔬鍋	2.2	0.4	0.9	0	0	0.8	364
10/4	三	芹香鯛魚粥	活力水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	360
10/5	四	慶生會	檸檬愛玉+蘇打餅	2.3	0.3	0.8	0	0	0.9	364
10/6	五	昆布湯烏龍麵	水蒸地瓜+麥茶	2	0.4	0.6	0	0	1.2	367
10/9-10		雙十節補假								
10/11	三	肉絲高麗菜鹹粥	活力水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	360
10/12	四	鮮奶小饅頭+鮮奶	九尾草杏鮑雞湯	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	374
10/13	五	金瓜米粉蔬菜湯	紅豆奶油捲+冬瓜茶	2	0.6	0.8	0	0	0.8	360
10/16	一	藍莓吐司+鮮奶	滷味拼盤	2	0.5	0.7	0	0	1.1	370
10/17	二	鍋燒鮮蔬意麵	山藥玉米排骨湯	1.8	0.6	0.8	0	0	1	364
10/18	三	蛋花纖蔬元寶湯	小餐包+水果茶	1.6	0.3	1	0	0.5	0.8	362
10/19	四	大甲芋香菇鹹粥	必勝客披薩	1.9	0.6	0.9	0	0	0.8	375
10/20	五	客家香菇肉絲板條湯	鮮奶酪+玉米脆片	2.2	0.6	0.7	0	0	0.8	369
10/23	一	瑞士捲+鮮奶	日式高纖關東煮	2.1	0.3	0.5	0.7	0	0.7	374
10/24	二	味噌豚骨里肌拉麵	刈包夾起士片+麥茶	2	0.6	0.8	0	0	0.8	368
10/25	三	腰果雜糧鮮蔬粥	活力水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.9	363
10/26	四	紅燒白玉排骨麵	金黃燒賣+紫菜湯	1.9	0.5	0.7	0	0	1.1	366
10/27	五	手工現包餛飩鍋	仙草凍牛奶	1.9	0.4	0.6	0.7	0	0.7	375
10/30	一	玉米脆片+鮮奶	南瓜濃湯	1.5	0.5	0.6	0.7	0	1	373
10/31	二	麻油薑蛋肉片麵線	咖哩野菜火鍋	1.8	0.4	0.9	0	0	1.2	364

※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。

