

臺中市西區大同國民小學附設幼兒園【112年12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)
12/1	五	蛋花鮮蔬元寶湯	紅豆奶油捲+麥茶	2.2	0.4	0.9	0	0	0.8	370
12/4	一	運動會補假一天								
12/5	二	芝麻包+鮮奶	南瓜雞茸粥	1.6	0.3	0.8	0.7	0	0.9	374
12/6	三	香菇肉燥米粉湯	活力水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	360
12/7	四	慶生會	日式壽喜燒	2	0.4	0.6	0	0	1.2	367
12/8	五	紅藜小米滑蛋粥	綠豆地瓜湯	2	0.6	0.8	0	0	0.8	360
12/11	一	黑糖小饅頭+鮮奶	香菇雞茸糙米粥	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	374
12/12	二	麻油薑蛋肉片麵線	蘿蔔茸菇雞湯	1.8	0.6	0.8	0	0	1	364
12/13	三	蔬菜五穀干貝粥	活力水果	1.6	0.3	1	0	0.5	0.8	362
12/14	四	日式洋蔥雞肉炒烏龍	咖哩野菜火鍋	1.9	0.6	0.9	0	0	0.8	375
12/15	五	鮮蔬餛飩湯	牛奶西米露	2.2	0.6	0.7	0	0	0.8	369
12/18	一	瑞士捲+鮮奶	鮮採玉米穗	2.1	0.3	0.5	0.7	0	0.7	374
12/19	二	義大利白醬貝殼麵	健康八寶粥	2.2	0.5	0.6	0	0	1	363
12/20	三	清粥小菜	聖誕大餐	1.9	0.5	0.7	0	0	1.1	366
12/21	四	御膳猴頭菇豆腐煲	醬燒小肉包+麥茶	1.8	0.4	0.9	0	0	1.2	368
12/22	五	紅燒排骨麵	日式高纖關東煮	1.9	0.5	0.8	0	0	1.1	360
12/25	一	藍莓吐司+鮮奶	芹菜鯛魚粥	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	374
12/26	二	台式蔬菜湯麵	金黃燒賣+紫菜湯	1.8	0.5	1	0	0	0.9	362
12/27	三	高麗菜吻仔魚粥	活力水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.9	363
12/28	四	沙茶白菜火鍋	綜合豆花	2	0.6	0.8	0	0	0.8	368
12/29	五	陽春麵+油豆腐	小時候大餅+枸杞菊花茶	1.9	0.6	0.9	0	0	0.8	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。

