

臺中市西區大同國民小學附設幼兒園【113 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)	(份)
1/1	一	元旦放假								
1/2	二	鮮奶小饅頭+鮮奶	菠菜玉米滑蛋粥	1.6	0.3	0.8	0.7	0	0.9	374
1/3	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
1/4	四	慶生會	滷味拼盤	1.8	0.5	1	0	0	0.9	362
1/5	五	清粥小菜	鮮蔬香菇肉羹湯	2	0.4	0.6	0	0	1.2	367
1/8	一	奶皇包+鮮奶	芹香鮮魚粥	2.1	0.3	0.5	0.7	0	0.7	374
1/9	二	紅燒排骨麵	翠玉白菜獅子頭冬粉	1.8	0.6	0.8	0	0	1	364
1/10	三	紅藜小米雞肉粥	活力水果	1.6	0.3	1	0	0.5	0.8	362
1/11	四	台南擔仔麵	雞茸玉米濃湯	1.9	0.6	0.9	0	0	0.8	365
1/12	五	鮭魚小漢堡+麥茶	日式高纖關東煮	2.2	0.6	0.7	0	0	0.8	369
1/15	一	玉米脆片+鮮奶	雙色蛋雞茸糙米粥	2	0.4	0.5	0.7	0	0.7	374
1/16	二	義大利雞肉白醬通心麵	吐司夾蛋+麥茶	1.9	0.6	0.9	0	0	0.8	370
1/17	三	鮮蔬餛飩湯	活力水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.9	363
1/18	四	香菇絲瓜鹹粥	真好吃壽司+味噌湯	1.9	0.5	0.7	0	0	1.1	366
1/19	五	烏龍珍菇燴麵	紅燒白玉排骨湯	1.7	0.4	0.9	0	0	1.2	368

※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。

