

臺中市西區大同國民小學附設幼兒園【111 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)
1/3	一	奶皇包+鮮奶	藥膳排骨湯	1.7	0.4	0.6	0.7	0	0.9	373
1/4	二	番茄肉醬螺旋麵	翻滾小丸子鍋	2.3	0.4	0.5	0	0	1.1	362
1/5	三	高麗菜稀飯+蔥蛋+肉鬆	活力水果	1.8	0.3	1	0	0.5	0.7	362
1/6	四	慶生會	香煎蛋餅+蔬菜湯	2.1	0.5	0.7	0	0	1	365
1/7	五	味噌豚骨里肌拉麵	桂圓紅棗白木耳盅	2.1	0.4	0.7	0	0	1	368
1/10	一	輕乳酪蛋糕+鮮奶	三菇嫩腐羹	1.4	0.4	1	0.7	0	0.8	376
1/11	二	咖哩雞柳烏龍麵	水蒸地瓜+枸杞茶	2	0.6	0.7	0	0	0.9	364
1/12	三	腰果雜糧鮮蔬粥	活力水果	1.6	0.5	0.8	0	0.5	0.8	360
1/13	四	麻油薑蛋肉片麵線	粉圓豆花	1.9	0.5	0.9	0	0	0.8	366
1/14	五	什錦蛋花雞絲麵	味噌鮮魚豆腐盅	2	0.4	0.8	0	0	1.1	362
1/17	一	小肉包+鮮奶	蒜仁栗子雞盅	1.7	0.5	0.8	0.7	0	0.6	374
1/18	二	白花椰雞茸粥	滷味拼圖	2.2	0.3	1	0	0	0.8	364
1/19	三	高鈣芝麻奶+蔬菜餅乾	古早味雞蛋糕	1.5	0.5	0.8	0.7	0	0.7	372
1/20	四	蛋花鮮蔬元寶鍋	原味大理石麵包+麥茶	1.8	0.6	0.7	0	0	1.2	370

※本園一律使用國產豬食材

