

臺中市西區大同國民小學附設幼兒園【110年11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)
11/1	一	小肉包+鮮奶	御膳白玉排骨湯	1.8	0.4	0.6	0.7	0	0.8	375
11/2	二	白醬雞柳貝殼麵	味噌鮮魚豆腐盅	2.2	0.4	0.5	0	0	1.2	360
11/3	三	絲瓜香菇滑蛋粥	活力水果	1.8	0.3	1	0	0.5	0.7	367
11/4	四	慶生會	菇菇舞肉片鍋	2	0.5	0.7	0	0	1	364
11/5	五	米苔目鮮蔬湯	紅豆奶油捲+麥茶	2.1	0.4	0.7	0	0	1	365
11/8	一	草莓吐司+鮮奶	香菇筍絲肉羹	1.5	0.5	0.7	0.7	0	0.8	376
11/9	二	什錦蛋花雞絲麵	綜合豆花	2	0.6	0.7	0	0	0.9	365
11/10	三	高麗菜稀飯+蔥蛋+肉鬆	活力水果	1.6	0.4	0.7	0	0.5	1	362
11/11	四	壽喜燒醬汁烏龍麵	健康牛奶八寶粥	2	0.5	0.8	0	0	0.9	365
11/12	五	蛋沙拉三明治+麥茶	日式煎餃+紫菜湯	2.2	0.5	0.7	0	0	0.8	364
11/15	一	小銀絲卷+鮮奶	九尾草杏鮑雞湯	1.3	0.4	0.7	0.7	0	1.2	375
11/16	二	台式炒麵+蔬菜湯	香煎蛋餅+豆漿	1.9	0.5	0.7	0	0	1.1	360
11/17	三	香菇雞茸糙米粥	活力水果	2	0.5	0.7	0	0.5	0.6	365
11/18	四	營養大滷麵	玉米片鮮奶酪	1.9	0.4	1	0	0	0.9	366
11/19	五	蛋花鮮蔬元寶湯	翻滾小丸子鍋	1.8	0.7	0.8	0	0	0.9	361
11/22	一	杯子蛋糕+鮮奶	麻油猴頭菇鍋	1.7	0.5	0.6	0.7	0	0.7	374
11/23	二	肉末佐青蔥手打麵	翠玉白菜獅子頭冬粉	2.2	0.5	0.8	0	0	0.7	367
11/24	三	五穀松子粥	活力水果	1.5	0.6	0.7	0	0.5	0.9	368
11/25	四	鱈魚丸鮮筍絲米粉湯	水蒸地瓜+枸杞茶	2	0.4	0.8	0	0	1	363
11/26	五	鮮蔬餛飩湯	滷味拼盤	2.2	0.6	0.7	0	0	0.8	368
11/29	一	芋泥包+鮮奶	咖哩火鍋	1.3	0.6	0.8	0.7	0	0.9	377
11/30	二	麻油薑蛋麵線	茶葉蛋+薏仁漿	1.8	0.5	0.7	0	0	1.2	367

※本園一律使用國產豬食材

