

台中市西區大同國民小學附設幼兒園【110年9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)
9/1	三	瑞士捲+鮮奶	大布丁	1.8	0.4	0.6	0.7	0	0.8	375
9/2	四	台式炒麵+蔬菜湯	滷味拼盤	2.2	0.4	0.5	0	0	1.2	360
9/3	五	腰果雜糧鮮蔬粥	菇菇舞肉片鍋	2	0.5	0.7	0	0	1	364
9/6	一	小肉包+鮮奶	番茄白玉排骨盅	1.7	0.3	0.6	0.7	0	1	377
9/7	二	高纖蛋花元寶湯	香菇筍絲虱目魚羹	2.1	0.4	0.7	0	0	1	363
9/8	三	鮮蔬肉燥米苔目鍋	活力水果	1.6	0.6	1	0	0.5	0.5	365
9/9	四	慶生會	蒜仁栗子雞盅	2.5	0.4	0.6	0	0	0.7	364
9/10	五	咖哩雞肉豆腐烏龍麵	日式高纖關東煮	2	0.5	0.8	0	0	0.9	360
9/11	六	鮭魚玉米小漢堡+豆漿	九份芋圓地瓜圓湯	1.9	0.4	0.9	0	0	1	370
9/13	一	鮮奶小饅頭+鮮奶	沙茶魚餃白菜火鍋	1.5	0.5	0.7	0.7	0	0.8	376
9/14	二	紅油抄手	綜合豆花	2	0.6	0.8	0	0	0.8	365
9/15	三	雙色蛋雞茸糙米粥	活力水果	1.9	0.6	0.5	0	0.5	0.7	364
9/16	四	紅燒排骨麵	南瓜玉米雞茸粥	1.9	0.5	0.7	0	0	1.1	363
9/17	五	什錦蛋花雞絲麵	紅豆奶油捲+麥茶	2	0.5	0.8	0	0	0.9	365
9/20	一	補假								
9/21	二	中秋節								
9/22	三	藍莓土司+鮮奶	活力水果	1.5	0.5	0.6	0.7	0.5	0.5	372
9/23	四	鍋燒海陸意麵	水蒸地瓜+米漿	2.2	0.5	0.8	0	0	0.7	364
9/24	五	地瓜稀飯	濃郁酸辣湯	2	0.6	0.7	0	0	0.9	368
9/27	一	奶皇包+鮮奶	味噌鮮魚豆腐鍋	1.8	0.4	0.6	0.7	0	0.7	377
9/28	二	台南擔仔麵+鵪鶉蛋	檸檬愛玉+蔬菜蘇打餅	2	0.6	0.8	0	0	0.9	367
9/29	三	菠菜五穀干貝粥	活力水果	1.8	0.5	0.8	0	0.5	0.7	369
9/30	四	腰果腐竹筍片冬粉煲	蔥花蛋餅+豆漿	2	0.4	0.7	0	0	1.2	365

※本園一律使用國產豬食材

