

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【111年6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)
6/1	三	醬汁壽喜燒烏龍麵	香菇筍片雞盅+水果	2	0.5	0.7	0	0.5	0.6	365
6/2	四	鮮蔬五穀干貝粥	鮮奶仙草凍+水果	1.5	0.3	0.6	0.7	0.5	0.6	372
6/3	五	端午節放假								
6/6	一	生日蛋糕+鮮奶	鮮採玉米穗+水果	1.5	0.4	0.7	0.7	0.5	0.5	375
6/7	二	台式炒麵	紅豆包+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
6/8	三	蛋餅+鮮奶	翡翠雞柳豆腐羹+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	370
6/9	四	香菇芋頭肉茸粥	水蒸地瓜+水果	1.8	0.4	0.6	0	0.5	0.8	362
6/10	五	紅油鮮蔬抄手	九份芋圓地瓜圓綠豆盅+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
6/13	一	小銀絲卷+鮮奶	味噌鮮魚豆腐盅+水果	1.5	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	374
6/14	二	鍋燒鮮蔬意麵	子排清燉雙寶+水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.8	365
6/15	三	香菇筍絲瘦肉粥	城門雞蛋糕+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	367
6/16	四	奶油爆漿餐包+鮮奶	肉燥鮮蔬冬粉湯+水果	1.5	0.4	0.5	0.7	0.5	0.6	374
6/17	五	肉絲蛋炒飯	滷味拼盤+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	362
6/20	一	小餐包+鮮奶	珍珠丸子+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	373
6/21	二	蕃茄肉醬義大利麵	小時候大餅+水果	2	0.3	0.8	0	0.5	0.7	365
6/22	三	皮蛋瘦肉粥	活力水果+優酪乳	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	368
6/23	四	什錦麵線糊	日式關東煮+水果	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	368
6/24	五	蛋花鮮蔬元寶湯	鳳梨愛玉	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
6/27	一	刈包夾起士片+鮮奶	濃郁玉米濃湯+水果	1.4	0.3	0.5	0.7	0.5	0.8	376
6/28	二	什錦蛋花雞絲麵	芝麻小湯圓+水果	1.8	0.4	0.8	0	0.5	0.8	363
6/29	三	紅藜雞茸滑蛋粥	濃郁酸辣湯+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
6/30	四	肉燥鮮蔬米苔目	肉鬆麵包+鮮奶+水果	1.5	0.3	0.8	0.7	0.5	0.9	372

※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。

