

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【112年12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)
12/1	五	麻油雞麵線	香菇海鮮羹+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
12/2	六	校慶餐袋		2	0.5	0.7	0	0.5	0.6	365
12/4	一	校慶補假								
12/5	二	生日蛋糕+鮮奶	紅棗葷菇雞盅+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	374
12/6	三	客家版條鮮蔬湯	日式蒸蛋+水果	1.8	0.4	0.6	0	0.5	0.8	360
12/7	四	紅藜小米滑蛋粥	滷味拼盤+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	367
12/8	五	香煎水煎包+豆漿	綠豆地瓜湯+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
12/11	一	營養穀物+鮮奶	濃郁玉米濃湯+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	376
12/12	二	蕃茄肉醬貝殼麵	海苔肉鬆拌飯+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	365
12/13	三	刈包夾起士片+鮮奶	四神蓮子排骨湯	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	372
12/14	四	高麗菜滑蛋吻魚粥	粉圓豆花+水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.8	362
12/15	五	味噌豚骨里肌拉麵	燒賣+水果	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	368
12/18	一	蛋黃派+鮮奶	腐竹濃郁酸辣湯+水果	1.5	0.4	0.5	0.7	0.5	0.6	375
12/19	二	肉燥鮮蔬拌冬粉	素食大補湯+水果	2	0.3	0.8	0	0.5	0.7	365
12/20	三	五穀松子粥	草莓吐司+鮮奶+水果	1.5	0.4	0.7	0.7	0.5	0.5	370
12/21	四	鮮蔬餛飩湯	馬鈴薯沙拉夾餅+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
12/22	五	台南擔仔麵+小烏蛋	聖誕烤雞+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
12/25	一	銅鑼燒+鮮奶	咖哩火鍋+水果	1.4	0.3	0.5	0.7	0.5	0.8	376
12/26	二	台式炒麵	美白菇雞湯+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	360
12/27	三	蛋餅+豆漿	紅豆小湯圓+水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.8	365
12/28	四	蛋花鮮蔬元寶湯	鮮奶小饅頭+水果茶	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
12/29	五	絲瓜肉茸粥	日式高纖關東煮+水果	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	362

※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。

