

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【113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)
6/3	一	生日蛋糕+鮮奶	翠玉白菜虱目魚羹+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	374
6/4	二	腰果雜糧滑蛋粥	滷味拼盤+水果	1.8	0.4	0.6	0	0.5	0.8	360
6/5	三	紅豆包+鮮奶	白醬雞柳貝殼麵+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	376
6/6	四	什錦菇菇粥	鳳梨愛玉+蘇打餅	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
6/7	五	台式炒麵	水蒸地瓜+水果	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	368
6/10	一	端午節放假								
6/11	二	核桃吐司+鮮奶	蛋花鮮蔬元寶湯+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	372
6/12	三	玉米脆片+鮮奶	濃郁玉米濃湯+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	365
6/13	四	海苔肉鬆拌飯	城門雞蛋糕+水果	1.5	0.4	0.5	0.7	0.5	0.6	375
6/14	五	鮮蔬餛飩湯	蘿蔔排骨盅+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
6/17	一	小餐包+鮮奶	味噌鮮魚豆腐盅+水果	1.5	0.4	0.7	0.7	0.5	0.5	370
6/18	二	什錦蛋花雞絲麵	金黃燒賣+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
6/19	三	香菇筍絲瘦肉粥	仙草鮮奶+水果	1.4	0.3	0.5	0.7	0.5	0.8	376
6/20	四	台南担仔麵	醬燒小肉包+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	360
6/21	五	紅藜雞茸滑蛋粥	紅豆小湯圓+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
6/24	一	瑞士捲+鮮奶	真好吃壽司+水果	2.1	0.3	0.5	0.7	0	0.7	374
6/25	二	肉燥拌拌冬粉	山藥菇菇雞湯+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
6/26	三	蛋餅+豆漿	香蒸鍋貼+水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.8	370
6/27	四	皮蛋瘦肉粥	鮮奶小饅頭+水果茶	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	368
6/28	五	紅燒肉絲麵	草莓吐司+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	373

※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。

