臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【113 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）
12/2	一	奶油爆漿餐包+鮮奶	海苔肉鬆拌飯+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	374
12/3	二	什錦米苔目鹹湯	香菇海鮮羹+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
12/4	三	慶生海綿蛋糕+鮮奶	水蒸地瓜+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	376
12/5	四	紅藜小米滑蛋粥	紅棗草菇雞盅+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
12/6	五	紅油抄手	滷味拼盤+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	365
12/7	六	校慶餐袋(麵包+飲品)		2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	360
12/9	一	校慶補假								
12/10	二	營養穀物+鮮奶	菇菇排骨湯+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	372
12/11	三	蕃茄肉醬貝殼麵	金黃燒賣+水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.8	365
12/12	四	刈包夾起士片+鮮奶	濃郁玉米濃湯+水果	1.5	0.4	0.5	0.7	0.5	0.6	375
12/13	五	高麗菜滑蛋吻魚粥	紅豆小湯圓+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
12/16	一	葡萄乾吐司+鮮奶	真好吃壽司+水果	1.5	0.4	0.7	0.7	0.5	0.5	370
12/17	二	麻油薑蛋肉片麵線	香蒸鍋貼+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	363
12/18	三	香煎蘿蔔糕+豆漿	日式高纖關東煮+水果	2.3	0.3	0.5	0	0.5	0.7	375
12/19	四	五穀松子粥	粉圓豆花+水果	2.2	0.3	0.4	0	0.5	0.9	370
12/20	五	味噌豚骨里肌拉麵	黑糖小饅頭+水果茶	1.8	0.4	0.6	0	0.5	0.8	360
12/23	一	蜂蜜蛋糕+鮮奶	沙茶魚餃白菜火鍋+水果	1.3	0.4	0.7	0.7	0.5	0.6	378
12/24	二	肉燥鮮蔬拌冬粉	草莓果醬吐司+水果	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	368
12/25	三	絲瓜肉茸粥	聖誕烤雞+水果	2	0.3	0.8	0	0.5	0.8	365
12/26	四	台式炒麵	城門雞蛋糕+水果	2.3	0.3	0.5	0	0.5	0.7	362
12/27	五	肉絲蛋炒飯	香菇蛋+鮮奶+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	375
12/30	一	小餐包+鮮奶	雞茸玉米粥+水果	1.5	0.4	0.7	0.7	0.5	0.5	370
12/31	二	台南擔仔麵+小鳥蛋	麻油雞湯+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	365

※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。

崇光附幼每日餐點