

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【114年3月】點心表與營養分析

| 日期 | 星期 | 上午點心 | 下午點心 | 全穀 | 油脂與 | 蔬 | 乳 | 水 | 豆魚 | 熱 |
|------|----|----------|---------------|-----|------|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | | | 根莖 | 堅果種子 | 菜 | 品 | 果 | 肉蛋 | 量 |
| | | | | (份) | (份) | (份) | (份) | (份) | (份) | (卡) |
| 3/3 | 一 | 生日蛋糕+鮮奶 | 腐竹濃郁酸辣湯+水果 | 1.6 | 0.3 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.7 | 374 |
| 3/4 | 二 | 客家板條鮮蔬湯 | 海苔肉鬆拌飯+水果 | 1.9 | 0.5 | 0.6 | 0 | 0.5 | 0.8 | 365 |
| 3/5 | 三 | 黑糖小饅頭+鮮奶 | 日式高纖關東煮+水果 | 1.4 | 0.3 | 0.7 | 0.7 | 0.5 | 0.7 | 376 |
| 3/6 | 四 | 鮮蔬五穀干貝粥 | 麻油雞湯+水果 | 1.7 | 0.3 | 0.8 | 0 | 0.5 | 0.9 | 365 |
| 3/7 | 五 | 紅燒蕃茄肉絲麵 | 綠豆地瓜圓芋圓甜品+水果 | 2 | 0.6 | 0.5 | 0 | 0.5 | 0.7 | 365 |
| 3/10 | 一 | 葡萄乾吐司+鮮奶 | 日式壽喜燒+水果 | 1.6 | 0.3 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.7 | 372 |
| 3/11 | 二 | 鍋燒蛋花意麵 | 水蒸地瓜+水果 | 2 | 0.6 | 0.5 | 0 | 0.5 | 0.7 | 360 |
| 3/12 | 三 | 蛋餅+豆漿 | 味噌魚片豆腐鍋+水果 | 1.8 | 0.4 | 0.7 | 0 | 0.5 | 0.8 | 365 |
| 3/13 | 四 | 南瓜雞茸滑蛋粥 | 香蒸鍋貼+水果 | 1.9 | 0.5 | 0.6 | 0 | 0.5 | 0.7 | 368 |
| 3/14 | 五 | 台式炒麵 | 紅豆小湯圓+水果 | 1.9 | 0.5 | 0.6 | 0 | 0.5 | 0.7 | 363 |
| 3/17 | 一 | 玉米脆片+鮮奶 | 三菇嫩腐羹+水果 | 1.5 | 0.4 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.6 | 375 |
| 3/18 | 二 | 腰果雜糧滑蛋粥 | 白玉油腐雞捲鍋+水果 | 2.3 | 0.3 | 0.5 | 0 | 0.5 | 0.7 | 375 |
| 3/19 | 三 | 白醬雞柳貝殼麵 | 城門雞蛋糕+水果 | 2.2 | 0.3 | 0.4 | 0 | 0.5 | 0.9 | 370 |
| 3/20 | 四 | 繽紛麵線糊 | 香菇蛋+鮮奶+水果 | 1.5 | 0.4 | 0.7 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 370 |
| 3/21 | 五 | 鮮蔬餛飩湯 | 草莓吐司+水果 | 1.8 | 0.4 | 0.6 | 0 | 0.5 | 0.8 | 360 |
| 3/24 | 一 | 蜂蜜蛋糕+鮮奶 | 金黃燒賣+水果 | 1.3 | 0.4 | 0.7 | 0.7 | 0.5 | 0.6 | 378 |
| 3/25 | 二 | 什錦米苔目鹹湯 | 濃郁玉米濃湯+水果 | 2 | 0.4 | 0.7 | 0 | 0.5 | 0.6 | 368 |
| 3/26 | 三 | 肉絲蛋炒飯 | 活力水果+優酪乳 | 1.6 | 0.3 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.7 | 375 |
| 3/27 | 四 | 蛋花鮮蔬元寶湯 | 枸杞香菇玉米筍軟排盅+水果 | 2 | 0.3 | 0.8 | 0 | 0.5 | 0.8 | 365 |
| 3/28 | 五 | 芹香鯛魚粥 | 醬燒小肉包+水果 | 2.3 | 0.3 | 0.5 | 0 | 0.5 | 0.7 | 362 |
| 3/31 | 一 | 小餐包+鮮奶 | 沙茶魚餃火鍋+水果 | 1.5 | 0.4 | 0.7 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 370 |

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。

