

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【114年5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 (份)	油脂與 堅果種子 (份)	蔬菜 (份)	乳品 (份)	水果 (份)	豆魚 肉蛋 (份)	熱量 (大卡)
5/1	四	真好吃壽司+豆漿	小餐包+水果	1.6	0.3	0.5	0	0.5	0.7	374
5/2	五	鍋燒蛋花意麵	水蒸地瓜+水果	1.8	0.4	0.6	0	0.5	0.8	360
5/5	一	生日蛋糕+鮮奶	日式壽喜燒+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	376
5/6	二	台式炒麵	香蒸鍋貼+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
5/7	三	刈包夾起士+鮮奶	菇菇滑蛋鍋+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	372
5/8	四	腰果雜糧滑蛋粥	白玉排骨湯+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
5/9	五	客家鮮蔬炒飯條	紅豆小湯圓+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	365
5/12	一	營養穀物+鮮奶	濃郁玉米濃湯+水果	1.5	0.4	0.5	0.7	0.5	0.6	375
5/13	二	白醬雞柳貝殼麵	金黃燒賣+水果	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	368
5/14	三	高麗菜稀飯+紅蘿蔔蛋+肉鬆	活力水果+優酪乳	1.5	0.4	0.7	0.7	0.5	0.5	370
5/15	四	鮮蔬餛飩湯	香菇筍片雞盅+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
5/16	五	昆布鮮蔬湯麵	鳳梨愛玉+蘇打餅	2	0.3	0.8	0	0.5	0.7	362
5/19	一	蔓越莓吐司+鮮奶	鮮蔬魚餃火鍋+水果	1.4	0.3	0.5	0.7	0.5	0.8	376
5/20	二	肉絲蛋炒飯	刈包夾起士片+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	360
5/21	三	絲瓜麵線	仙草鮮奶+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	372
5/22	四	南瓜雞茸滑蛋粥	必勝客披薩+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
5/23	五	味噌豚骨里肌拉麵	草莓吐司+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
5/26	一	輕乳酪蛋糕+鮮奶	白玉油腐雞捲湯+水果	2.1	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	374
5/27	二	肉燥鮮蔬拌冬粉	海苔肉鬆拌飯+水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.8	365
5/28	三	蛋餅+豆漿	翡翠吻仔魚豆腐羹+水果	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	368
5/29	四	鮮蔬五穀干貝粥	鮮奶小饅頭+水果茶	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
5/30	五	端午節補假								

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。

