

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【114年11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)
11/3	一	生日蛋糕+鮮奶	真好吃壽司+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
11/4	二	鮮蔬餛飩湯	滷味拼圖+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
11/5	三	黑糖小饅頭+鮮奶	白玉雞腿盅+水果	1.5	0.3	0.6	0.7	0.5	0.6	372
11/6	四	高麗菜鹹粥	粉圓豆花+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
11/7	五	什錦蛋花雞絲麵	濃郁玉米濃湯+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	367
11/10	一	營養穀物+鮮奶	沙茶花枝羹+水果	1.4	0.3	0.5	0.7	0.5	0.8	370
11/11	二	麻油薑蛋麵線	金黃燒賣+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	362
11/12	三	蛋餅+豆漿	綠豆地瓜湯+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	367
11/13	四	芋頭鹹粥	日式高纖關東煮+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	367
11/14	五	紅燒雞肉絲麵	紅豆小湯圓+水果	1.9	0.3	0.8	0	0.5	0.7	366
11/17	一	小餐包+鮮奶	菇菇滑蛋鍋+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	372
11/18	二	南瓜雞茸滑蛋粥	味噌鮮魚豆腐盅+水果	2	0.5	0.7	0	0.5	0.6	365
11/19	三	蛋花鮮蔬元寶湯	活力水果+優酪乳	1.8	0.4	0.5	0.7	0.5	0.8	369
11/20	四	台式炒麵	香蒸鍋貼+水果	2	0.4	0.5	0	0.5	0.9	364
11/21	五	高麗菜稀飯+素鬆	布丁+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	360
11/24	一	蜂蜜蛋糕+鮮奶	鮮蔬魚餃火鍋+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
11/25	二	素肉蛋湯麵	綠豆地瓜圓芋圓湯+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	362
11/26	三	刈包夾起士片+鮮奶	蘿蔔雞湯+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	372
11/27	四	白醬雞柳貝殼麵	必勝客披薩+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
11/28	五	皮蛋玉米粥	醬燒小肉包+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	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。

