

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【114年1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)
1/1	三	元旦放假								
1/2	四	慶生蛋糕+鮮奶	滷味拼盤+水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	374
1/3	五	腰果雜糧滑蛋粥	綠豆地瓜圓芋圓甜品+ 水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
1/6	一	營養穀物+鮮奶	沙茶獅子頭白菜火鍋+水 果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	376
1/7	二	白醬雞柳貝殼麵	草莓吐司+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	365
1/8	三	蔥抓餅+豆漿	白玉排骨湯+水 果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.7	360
1/9	四	皮蛋瘦肉玉米粥	粉圓豆花+水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.8	365
1/10	五	紅燒蕃茄肉絲麵	海苔肉鬆拌飯+ 水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	363
1/13	一	輕乳酪蛋糕+鮮奶	濃郁玉米濃湯+ 水果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	372
1/14	二	鍋燒蛋花意麵	金黃燒賣+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	368
1/15	三	蛋餅+豆漿	日式高纖關東煮+水 果	1.8	0.4	0.6	0	0.5	0.8	360
1/16	四	什錦菇菇粥	香蒸鍋貼+水果	2	0.4	0.7	0	0.5	0.6	368
1/17	五	台式炒麵	芋頭鮮奶西米露+水 果	1.5	0.4	0.5	0.7	0.5	0.6	375
1/20	一	奶酥吐司+鮮奶	紅豆小湯圓+水 果	1.6	0.3	0.5	0.7	0.5	0.7	375

※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。

