

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【115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	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)
5/1	五	勞動節放假								
5/4	一	蔓越莓吐司+鮮奶	水蒸地瓜+水果	1.5	0.3	0.8	0.7	0.5	0.6	375
5/5	二	鍋燒蛋花意麵	日式壽喜燒+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
5/6	三	刈包夾起士+鮮奶	香蒸鍋貼+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
5/7	四	腰果雜糧滑蛋粥	濃郁玉米濃湯+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
5/8	五	台式炒麵	布丁+水果	1.9	0.3	0.8	0	0.5	0.7	366
5/11	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	372
5/12	二	白醬雞柳貝殼麵	香菇筍片雞盅+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	367
5/13	三	慶生蛋糕+鮮奶	真好吃壽司+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	372
5/14	四	肉絲蛋炒飯	必勝客披薩+水果	2	0.4	0.5	0	0.5	0.9	364
5/15	五	昆布鮮蔬湯麵	紅豆小湯圓+水果	2	0.5	0.7	0	0.5	0.6	365
5/18	一	蜂蜜蛋糕+鮮奶	日式高纖關東煮+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
5/19	二	絲瓜麵線	金黃燒賣+水果	2	0.3	0.5	0	0.5	0.8	365
5/20	三	南瓜雞茸滑蛋粥	味噌鮮魚豆腐盅+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	370
5/21	四	蛋花鮮蔬元寶湯	活力水果+優酪乳	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.7	372
5/22	五	客家鮮蔬炒版條	鳳梨愛玉+蘇打餅	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
5/25	一	小餐包+鮮奶	蕃茄雞柳滑蛋鍋+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
5/26	二	肉蛋湯麵	海苔肉鬆拌飯+水果	1.8	0.4	0.9	0	0.5	0.7	369
5/27	三	蘿蔔糕+豆漿	菇菇排骨湯+水果	2	0.3	0.5	0	0.5	0.8	372
5/28	四	鮮蔬五穀干貝粥	黑糖小饅頭+水果茶	2.2	0.3	0.8	0	0.5	0.6	365
5/29	五	紅燒蕃茄肉絲麵	仙草鮮奶+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376

※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。

