

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【115年6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)
6/1	一	奶酥吐司+鮮奶	濃郁玉米濃湯+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	372
6/2	二	蕃茄肉醬貝殼麵	刈包夾起士+水果	2	0.4	0.5	0	0.5	0.9	364
6/3	三	香菇筍絲瘦肉粥	香蒸鍋貼+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
6/4	四	慶生海綿蛋糕+鮮奶	優格+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
6/5	五	真好吃壽司	布丁+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
6/8	一	營養穀物+鮮奶	菇菇肉片鍋+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	372
6/9	二	什錦蛋花雞絲麵	金黃燒賣+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	367
6/10	三	絲瓜肉茸粥	活力水果+優酪乳	1.5	0.3	0.8	0.7	0.5	0.6	375
6/11	四	鮮蔬餛飩湯	粉圓豆花+水果	2	0.5	0.7	0	0.5	0.6	365
6/12	五	銅鑼燒(畢業)	雞蛋糕+水果(畢業)	1.9	0.3	0.8	0	0.5	0.7	374
6/15	一	小餐包+鮮奶	真好吃壽司+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
6/16	二	肉燥鮮蔬米苔目	枸杞香菇玉米筍軟排盅+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	364
6/17	三	芹香鯛魚粥	黑糖小饅頭+水果茶	2	0.3	0.5	0	0.5	0.8	368
6/18	四	味噌豚骨里肌拉麵	仙草鮮奶+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
6/19	五	端午節放假								
6/22	一	輕乳酪蛋糕+鮮奶	鮮蔬魚餃火鍋+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.7	372
6/23	二	蛋花鮮蔬元寶湯	水蒸地瓜+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
6/24	三	五穀松子粥	草莓吐司+水果	1.8	0.4	0.9	0	0.5	0.7	369
6/25	四	台式炒麵	香菇筍片雞盅+水果	2	0.3	0.5	0	0.5	0.8	372
6/26	五	蔥抓餅+豆漿	鳳梨愛玉+蘇打餅	2.2	0.3	0.8	0	0.5	0.6	365
6/29	一	營養穀物+鮮奶	海苔肉鬆拌飯+水果	1.4	0.6	0.6	0.7	0.5	0.6	371
6/30	二	肉燥米粉湯	紅豆小湯圓+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	362

※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。

