

臺中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【115 年 8-9 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)
8/31	一	營養穀物+鮮奶	布丁+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	372
9/1	二	麻油薑蛋麵線	醬燒小肉包+水果	2	0.4	0.5	0	0.5	0.9	364
9/2	三	蛋餅+豆漿	九尾草杏鮑排骨盅+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	0.9	365
9/3	四	南瓜雞絲粥	粉圓豆花+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
9/4	五	肉燥鮮蔬拌拌麵	滷味拼盤+水果	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	367
9/7	一	小餐包+鮮奶	真好吃壽司+水果	1.4	0.3	0.7	0.7	0.5	0.7	372
9/8	二	蛋花鮮蔬元寶湯	沙茶白菜魚餃火鍋+水果	1.9	0.3	0.8	0	0.5	0.7	374
9/9	三	古早味蛋糕+鮮奶	味噌鮮魚豆腐盅+水果	1.5	0.3	0.8	0.7	0.5	0.6	375
9/10	四	紅藜雞茸滑蛋粥	黑糖小饅頭+水果茶	2	0.5	0.7	0	0.5	0.6	365
9/11	五	紅燒肉絲麵	鳳梨愛玉+蘇打餅	1.7	0.5	0.7	0	0.5	0.9	364
9/14	一	葡萄乾吐司+鮮奶	日式高纖關東煮+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
9/15	二	什錦蛋花雞絲麵	燒賣+水果	2	0.3	0.5	0	0.5	0.8	368
9/16	三	高麗菜肉絲鹹粥	活力水果+優酪乳	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	376
9/17	四	台式炒麵	海苔肉鬆拌飯+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	365
9/18	五	肉絲蛋炒飯	紅豆小湯圓+水果	1.8	0.4	0.9	0	0.5	0.7	369
9/21	一	蜂蜜蛋糕+鮮奶	菇菇舞肉片鍋+水果	1.3	0.5	0.6	0.7	0.5	0.7	372
9/22	二	白醬雞柳貝殼麵	水蒸地瓜+水果	2	0.3	0.5	0	0.5	0.8	372
9/23	三	香煎蘿蔔糕+豆漿	城門雞蛋糕+水果	2.2	0.3	0.8	0	0.5	0.6	365
9/24	四	皮蛋瘦肉玉米粥	香菇蛋+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.8	362
9/25	五	中秋節補假								
9/28	一	教師節補假								
9/29	二	玉米脆片+鮮奶	沙茶獅子頭白菜火鍋+水果	1.4	0.6	0.6	0.7	0.5	0.6	371
9/30	三	味噌豚骨里肌拉麵	香蒸鍋貼+水果	1.5	0.5	0.7	0	0.5	1	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。

