

台中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【110年4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)
4/1	四	肉絲炒飯	綠豆薏仁湯+水果	2	0.4	0.6	0	0.5	0.8	375
4/2	五	補假								
4/5	一	補假								
4/6	二	小銀絲卷+豆漿	美味愛玉+水果	1.9	0.3	0.5	0	0.5	1.1	365
4/7	三	奶油爆漿餐包+鮮奶	活力水果+優酪乳	1.1	0.5	0.5	0.7	0.5	0.9	374
4/8	四	南瓜蔬菜滑蛋粥	濃郁酸辣湯+水果	2	0.5	0.7	0	0.5	0.6	362
4/9	五	翠玉白菜獅子頭燴粉絲	健康桂圓八寶粥+水果	2	0.4	0.5	0	0.5	0.8	366
4/12	一	咖哩野菜烏龍麵	紅白蘿蔔雞捲鍋+水果	1.9	0.6	0.5	0	0.5	0.7	364
4/13	二	海苔肉鬆飯糰	水蒸地瓜+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	361
4/14	三	生日蛋糕+鮮奶	活力水果+優酪乳	1.4	0.3	0.5	0.7	0.5	0.8	379
4/15	四	紅藜小米魚片粥	滷味拼圖+水果	2.1	0.6	0.5	0	0.5	0.5	368
4/16	五	味噌豚骨里肌拉麵	翡翠蟹肉豆腐羹+水果	1.8	0.4	0.7	0	0.5	0.8	370
4/19	一	台式炒麵	玉米洋芋濃湯+水果	1.7	0.3	0.8	0	0.5	1	362
4/20	二	鮮蔬餛飩湯	客家仙草+水果	1.6	0.4	0.8	0	0.5	0.9	365
4/21	三	奶酥土司+鮮奶	活力水果+優酪乳	1.3	0.5	0.5	0.7	0.5	0.7	375
4/22	四	清粥小菜	番茄鮮蔬豆包湯	1.7	0.4	0.8	0	0.5	0.9	368
4/23	五	鍋燒海鮮意麵	紅豆紫米湯+水果	2	0.6	0.5	0	0.5	0.6	360
4/26	一	香菇芋頭雞茸粥	廣式蘿蔔糕湯+水果	2.1	0.4	0.6	0	0.5	0.7	374
4/27	二	肉末佐青蔥手打湯麵	原味豆花+水果	1.9	0.5	0.6	0	0.5	0.7	366
4/28	三	蜂蜜蛋糕+鮮奶	活力水果+優酪乳	1.6	0.3	0.7	0.7	0.5	0.5	376
4/29	四	蕃茄肉燥貝殼麵	茶葉蛋+水果	2	0.4	0.6	0	0.5	0.8	367
4/30	五	高麗菜元寶蛋花盅	味噌鮮魚豆腐鍋+水果	1.8	0.5	0.7	0	0.5	0.7	361

※本園一律使用國產豬食材

