

台中市大里區崇光國民小學附設幼兒園【110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	五	元旦								
1/4	一	生日蛋糕+鮮奶	九尾草杏鮑雞盅+水果	1.5	0.3	0.6	0.7	0.5	0.7	375
1/5	二	蕃茄紅燒排骨麵	活力水果+優酪乳	1.4	0.4	0.5	0.7	0.5	0.7	368
1/6	三	高麗菜地瓜吻魚粥	小時侯大餅+水果	2	0.5	0.5	0	0.5	0.8	370
1/7	四	肉燥拌拌冬粉	日式關東煮+水果	1.8	0.5	0.8	0	0.5	0.7	367
1/8	五	翻滾小飯糰	蔥花辮子麵包+水果	1.7	0.6	0.8	0	0.5	0.6	356
1/11	一	芝麻包+鮮奶	滷味拼圖+水果	1.3	0.5	0.5	0.7	0.5	0.8	372
1/12	二	味噌豚骨里肌拉麵	麻油猴頭菇盅+水果	1.6	0.4	0.8	0	0.5	1	362
1/13	三	香菇芋頭雞茸粥	紅豆芋圓甜品+水果	1.9	0.3	0.6	0	0.5	0.9	366
1/14	四	台式炒麵	玉米洋芋濃湯+水果	1.7	0.6	0.8	0	0.5	0.8	374
1/15	五	鮮蔬餛飩湯	水蒸地瓜+鮮奶+水果	1.2	0.4	0.8	0.7	0.5	0.7	370
1/18	一	草莓果醬吐司+鮮奶	四神蓮子排骨盅+水果	1.6	0.4	0.5	0.7	0.5	0.6	372
1/19	二	麻油薑蛋麵線	香菇筍絲虱目魚羹+水果	1.5	0.6	0.6	0	0.5	1	366
1/20	三	香酥蘿蔔糕+米漿	城門雞蛋糕+水果	1.8	0.4	0.6	0	0.5	0.9	370

※本園一律使用國產豬食材

