

新中華文藻幼兒園 幼兒餐點表【111年2月】

第一週		熱量(kcal)	2/1(二)	熱量(kcal)	2/2(三)	熱量(kcal)	2/3(四)	熱量(kcal)	2/4(五)	熱量(kcal)
早餐										
午餐			春節快樂		春節快樂		春節快樂		春節快樂	
點心										
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類

第二週	2/7(一)	熱量(kcal)	2/8(二)	熱量(kcal)	2/9(三)	熱量(kcal)	2/10(四)	熱量(kcal)	2/11(五)	熱量(kcal)
早餐	蔬菜麵線	127	鮪魚土司 牛奶	138	黑糖小饅頭 牛奶	139	銀絲捲 牛奶	128	芝麻拌麵	126
午餐	(營養糙米飯) 塔香燒麵腸 鮮菇燴炒 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果	424	(日式親子丼飯) 日式味噌湯 四季水果	436	(養生紫米飯) 麻油雞 玉米燒洋芋 季節時蔬 大黃瓜雞骨湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 三彩炒肉絲 什錦油豆腐 季節時蔬 結頭菜湯 四季水果	436	(香Q白米飯) 肉末杏鮑菇 黃瓜燴肉羹 季節時蔬 健康花菜湯 四季水果	439
點心	綠豆QQ圓湯	109	美味關東煮	183	什錦鮮蔬麵	123	芋頭米粉湯	156	銀魚玉米粥	140
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類

第三週	2/14(一)	熱量(kcal)	2/15(二)	熱量(kcal)	2/16(三)	熱量(kcal)	2/17(四)	熱量(kcal)	2/18(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	119	草莓土司 牛奶	117	芋頭小饅頭 牛奶	136	蘿蔔糕湯	108	鮪魚土司 牛奶	138
午餐	(營養糙米飯) 薑燉南瓜 鮮蔬炒豆干 季節時蔬 三絲湯 四季水果	409	(香Q白米飯) 酥炸柳葉魚 麻婆豆腐 季節時蔬 玉米青蔬雞骨湯 四季水果	427	(養生紫米飯) 青椒玉筍雞丁 塔香海芽 季節時蔬 雙色蘿蔔湯 四季水果	422	(咖哩雞肉飯) 綜合蔬菜湯 四季水果	428	(香Q白米飯) 馬鈴薯燉肉 爆三香 季節時蔬 結頭菜湯 四季水果	449
點心	紅豆湯圓	162	鍋燒烏龍麵	167	魚丸米粉湯	152	雞蓉玉米粥	144	鮮蔬粿仔條	143
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類

第三週	2/21(一)	熱量(kcal)	2/22(二)	熱量(kcal)	2/23(三)	熱量(kcal)	2/24(四)	熱量(kcal)	2/25(五)	熱量(kcal)
早餐	蔬菜麵線	127	起士三明治 牛奶	147	銀絲捲 牛奶	128	小餐包 牛奶	97	鮮奶小饅頭 牛奶	125
午餐	(營養糙米飯) 蘿蔔滷豆輪 小瓜燴炒 季節時蔬 鮮採菇湯 四季水果	414	(青蔬銀魚炒飯) 紫菜味噌湯 四季水果	390	(香Q白米飯) 蔥爆肉柳 鮮菇百匯 季節時蔬 綜合蘿蔔湯 四季水果	439	(養生紫米飯) 冬菜燒雞 白菜滷 季節時蔬 木須肉絲湯 四季水果	446	(營養糙米飯) 豆仔肉茸 滷三寶 季節時蔬 青木瓜雞湯 四季水果	429
點心	綠豆QQ圓湯	109	鮮蔬粿仔條	143	什錦鮮蔬麵	123	鍋燒烏龍麵	167	廣東粥	176
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類

第四週	2/28(一)	熱量(kcal)								
早餐										
午餐	228 放假一天									
點心										
餐點類別檢核	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類

※食材選用優質健康的國產生鮮豬肉及雞肉

※水果時蔬會因季節性或連續假期做些微調整,每天餐點拍照公告於本園官網,請家長上網了解