

新中華文藻幼兒園 幼兒餐點表【111年6月】

第一週		熱量(kcal)		熱量(kcal)	6/1(三)	熱量(kcal)	6/2(四)	熱量(kcal)	6/3(五)	熱量(kcal)
早餐					黑糖小饅頭 牛奶	139	草莓土司 牛奶	117		
午餐					(咖哩豬肉飯) 紫菜蛋花湯 四季水果	428	(香菇肉絲粽香飯) 鮮筍珍菇湯 四季水果	451	端午節放假一天	
點心					叻仔魚粥	140	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
第二週	6/6(一)	熱量(kcal)	6/7(二)	熱量(kcal)	6/8(三)	熱量(kcal)	6/9(四)	熱量(kcal)	6/10(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	125	起士三明治 牛奶	147	奶油小餐包 牛奶	97	蘿蔔糕湯	108	鮭魚土司 牛奶	138
午餐	(營養糙米飯) 什錦油豆腐 毛豆燴南瓜 季節時蔬 薑絲海牙湯 四季水果	412	(叻仔魚炒飯) 綜合蔬菜湯 四季水果	390	(香Q白米飯) 冬瓜控肉 枸杞絲瓜燴蛋 季節時蔬 豆薯雞骨湯 四季水果	450	(養生紫米飯) 白玉炒肉絲 爆三香 季節時蔬 黃瓜雞湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 瓜仔肉 蒲瓜燴炒 季節時蔬 什錦金針湯 四季水果	427
點心	綠豆薏仁	113	鍋燒烏龍麵	167	鮮蔬什錦麵	123	雞蓉玉米粥	144	魚丸米粉湯	152
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	6/13(一)	熱量(kcal)	6/14(二)	熱量(kcal)	6/15(三)	熱量(kcal)	6/16(四)	熱量(kcal)	6/17(五)	熱量(kcal)
早餐	蔬菜麵線	127	草莓土司 牛奶	117	起士三明治 牛奶	147	芋頭小饅頭 牛奶	136	銀絲捲 牛奶	128
午餐	(營養糙米飯) 小瓜炒麵腸 塔香海芽 季節時蔬 洋芋玉米蛋花湯 四季水果	421	(營養糙米飯) 壽喜燒肉 塔香茄子 季節時蔬 當歸蘿蔔雞湯 四季水果	426	(營養糙米飯) 銀魚炒豆干 雞蛋豆腐煲 季節時蔬 清燉冬瓜湯 四季水果	419	(什錦雞肉燴飯) 四季水果	455	(營養糙米飯) 芋香燴肉末 黃瓜燴什錦 季節時蔬 竹筍大骨湯 四季水果	425
點心	紅豆地瓜	162	芋頭米粉湯	156	美味關東煮	183	仙草蜜	107	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	6/20(一)	熱量(kcal)	6/21(二)	熱量(kcal)	6/22(三)	熱量(kcal)	6/23(四)	熱量(kcal)	6/24(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	125	芝麻拌麵	126	銀絲捲 牛奶	128	草莓土司 牛奶	117	奶油小餐包 牛奶	97
午餐	(營養糙米飯) 三杯杏鮑菇 銀芽三絲 季節時蔬 番茄白菜湯 四季水果	435	(什錦炒飯) 味噌海芽湯 四季水果	426	(營養糙米飯) 蔥爆豬柳 蒲瓜什燴 季節時蔬 金針雞湯 四季水果	439	(營養糙米飯) 麻婆豆腐 什錦炒肉羹 季節時蔬 木須肉絲湯 四季水果	420	(營養糙米飯) 花瓜雞丁 鮮菇百匯 季節時蔬 枸杞絲瓜湯 四季水果	446
點心	甘草綠豆湯	100	鮮蔬什錦麵	123	美味關東煮	183	鮮蔬粿仔條	143	蔬菜蛋粥	127
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
第五週	6/27(一)	熱量(kcal)	6/28(二)	熱量(kcal)	6/29(三)	熱量(kcal)	6/30(四)	熱量(kcal)		熱量(kcal)
早餐	蔬菜麵線	127	鮮奶小饅頭 牛奶	125	蘿蔔糕湯	108	鮭魚土司 牛奶	138		
午餐	(營養糙米飯) 青椒炒豆干 番茄炒蛋 季節時蔬 鮮菇什錦湯 四季水果	428	(香Q白米飯) 五香控肉 絲瓜燴菇 季節時蔬 竹筍大骨湯 四季水果	453	(什錦肉羹燴飯) 四季水果	457	(養生紫米飯) 豆仔肉茸 台式小炒 季節時蔬 冬瓜雞湯 四季水果	432		
點心	紅豆湯圓	151	魚丸米粉湯	152	檸檬愛玉	103	叻仔魚粥	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

※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