

新中華文藻幼兒園易寶貝分班 幼兒餐點表【112年06月】

第一週								6/1(四)		熱量(kcal)		6/2(五)		熱量(kcal)							
早餐								鮮奶小饅頭 牛奶		119		奶油小餐包 牛奶		97							
午餐								肉燥飯 青菜豆腐湯 四季水果		415		(營養糙米飯) 冬菜雞 爆三香 季節時蔬 木耳肉絲湯 四季水果		455							
點心								吻魚玉米粥		140		鍋燒烏龍麵		167							
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"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<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		6/5(一)		熱量(kcal)		6/6(二)		熱量(kcal)		6/7(三)		熱量(kcal)		6/8(四)		熱量(kcal)		6/9(五)		熱量(kcal)	
早餐	滑蛋麵線		125	草莓土司 牛奶		117	蘿蔔糕湯		108	黑糖小饅頭 牛奶		125	芝麻拌麵		126						
午餐	(營養糙米飯) 酸菜炒麵腸 絲瓜燴菇 季節時蔬 三絲湯 四季水果		427	(香Q白米飯) 豆仔肉茸 什錦炒肉羹 季節時蔬 玉米清蔬雞湯 四季水果		447	(養生紫米飯) 銀魚炒豆干 塔香茄子 季節時蔬 金針什錦湯 四季水果		448	(營養糙米飯) 茄汁雞丁 小瓜燴炒 季節時蔬 蘿蔔雞湯 四季水果		451	(日式親子丼飯) 味噌海芽湯 四季水果		436						
點心	綠豆薏仁湯		113	肉絲什錦麵		152	香菇肉末粥		176	魚丸米粉湯		152	美味關東煮		163						
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"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<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		6/12(一)		熱量(kcal)		6/13(二)		熱量(kcal)		6/14(三)		熱量(kcal)		6/15(四)		熱量(kcal)		6/16(五)		熱量(kcal)	
早餐	銀絲捲 牛奶		128	起士三明治 牛奶		147	芋頭小饅頭 牛奶		136	鮭魚土司 牛奶		147	清粥小菜		102						
午餐	(營養糙米飯) 鮮蔬干片 薑絲南瓜 季節時蔬 什錦金針湯 四季水果		431	(咖哩雞肉飯) 玉米蛋花湯 四季水果		425	(養生紫米飯) 冬瓜燻肉 銀芽三絲 季節時蔬 牛蒡雞湯 四季水果		433	(香Q白米飯) 鮮蔬肉絲 番茄毛豆燴豆腐 季節時蔬 黃瓜雞湯 四季水果		446	(營養糙米飯) 瓜仔肉 韭香什錦 季節時蔬 枸杞絲瓜湯 四季水果		446						
點心	芋頭米粉湯		156	吻魚玉米粥		140	鮮蔬裸仔條		143	甜薯紅豆湯		162	鍋燒烏龍麵		167						
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"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<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		6/19(一)		熱量(kcal)		6/20(二)		熱量(kcal)		6/21(三)		熱量(kcal)		6/22(四)		熱量(kcal)		6/23(五)		熱量(kcal)	
早餐	蔬菜麵線		127	奶油小餐包 牛奶		97	起士三明治 牛奶		147	端午節假期			端午節假期								
午餐	(營養糙米飯) 蘿蔔滷豆輪 蒲仔燴炒 季節時蔬 紫菜蛋花湯 四季水果		433	(香Q白米飯) 蔥爆豬柳 茄汁甜條 季節時蔬 豆薯雞湯 四季水果		448	(香菇肉絲粽香飯) 鮮筍珍菇湯 四季水果		450												
點心	紅豆湯圓		151	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"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<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		6/26(一)		熱量(kcal)		6/27(二)		熱量(kcal)		6/28(三)		熱量(kcal)		6/29(四)		熱量(kcal)		6/30(五)		熱量(kcal)	
早餐	草莓土司 牛奶		117	銀絲捲 牛奶		128	鮭魚土司 牛奶		147	蘿蔔糕 蛋花湯		113	火腿三明治 牛奶		145						
午餐	(菇菇什錦羹飯) 四季水果		427	(養生紫米飯) 花瓜雞丁 台式小炒 季節時蔬 竹筍雞湯 四季水果		449	(營養糙米飯) 古早味燻肉 塔香海芽 季節時蔬 冬瓜雞湯 四季水果		435	(香Q白米飯) 茄汁鯖魚豆腐燒 三絲炒肉絲 季節時蔬 洋蔥菇湯 四季水果		438	(營養糙米飯) 杏鮑菇滷肉末 南瓜炒米粉 季節時蔬 冬菜肉絲湯 四季水果		436						
點心	檸檬愛玉		103	肉燥擔仔麵		145	美味關東煮		163	綠豆地瓜湯		113	蔬菜蛋粥		138						
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"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<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							
補課		6/17(六)補課日		熱量(kcal)				熱量(kcal)				熱量(kcal)				熱量(kcal)				熱量(kcal)	
早餐	滑蛋麵線		125																		
午餐	(香菇赤肉羹飯) 四季水果		458																		
點心	鮮蔬裸仔條		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"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類	<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