

牛頓幼稚園 111 年 1 月餐點心表（含水果、飲料）

日 期		早 餐	午 餐 （ 含 水 果 ）	下 午 點 心	熱 量	蛋 白 質	脂 肪	醣 類
					大 卡	公 克	公 克	公 克
1/3	一	雞絲麵	香菇肉燥、芹香豆干片、青翠時蔬、蕃茄蔬菜湯	南瓜玉米濃湯	709	24	21	99
1/4	二	高麗菜地瓜粥	蔥燒雞絲、玉米炒蛋、青翠時蔬、冬瓜蛤蜊湯	生日蛋糕+麥茶	686	23	20	116
1/5	三	草莓土司+豆漿	糖醋肉絲、燴大黃瓜、青翠時蔬、黃豆芽大骨湯	玉米肉末粥	681	25	18	120
1/6	四	油豆腐細粉	洋蔥雞丁、肉醬豆腐、青翠時蔬、四物排骨湯	關東煮	692	22	19	102
1/7	五	台式鹹粥	香菇芋頭米粉湯	葡萄乾麥片	677	19	20	105
1/10	一	切仔麵	清蒸鮮肉、什錦百頁、青翠時蔬、香菇雞湯	紅豆湯圓	686	20	22	102
1/11	二	小餐包+豆漿	白玉滷肉、蕃茄豆腐、青翠時蔬、青菜蛋花湯	什錦冬粉	701	22	20	99
1/12	三	芋頭香菇粥	三杯雞、肉羹燴大白菜、青翠時蔬、菇菇湯	小米綠豆仁	690	22	19	96
1/13	四	小時候大餅+牛奶	蒜泥白肉、紅蘿蔔炒蛋、青翠時蔬、大黃瓜丸片湯	香菇雞汁麵	691	22	21	106
1/14	五	枸杞健康粥	咖哩雞肉飯	肉絲關東細麵	687	21	18	90
1/17	一	餛飩麵	瓜仔肉、炒什錦、青翠時蔬、四神湯	紅豆芋圓湯	656	22	22	102
1/18	二	鮮奶饅頭+薏仁漿	京醬肉絲、金菇拌豆皮、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	什錦麵疙瘩	691	20	20	118
1/19	三	蛋香蔬菜粥	彩椒雞球、芹香天婦蘿、青翠時蔬、玉米大骨湯	羅宋湯麵	698	21	20	90
1/20	四	法式玉米濃湯	油豆腐滷肉、蕃茄芙蓉、青翠時蔬、南瓜湯	花生豆花	699	19	18	110
1/21	五	皮蛋瘦肉粥	什錦炒麵、黃豆芽蕃茄湯	蘿蔔糕湯	685	20	22	102
1/22	六	全麥吐司+豆漿	水餃、酸辣湯	切仔麵	690	19	20	97
1/24	一	小銀絲+牛奶	筍干爌肉、海帶三絲、青翠時蔬、黃金蜆湯	雪菜肉絲麵	701	20	19	98
1/25	二	蔬菜肉末粥	鮮菇雞絲、花生麵筋、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯	芋頭西米露	690	18	18	95
1/26	三	雞蛋營養蔬菜麵	吻魚鮮肉、螞蟻上樹、青翠時蔬、味噌湯	菇菇冬粉	687	17	18	100
1/27	四	黑糖饅頭+豆漿	醬爆肉絲、芙蓉玉錦、青翠時蔬、香菇蔬菜湯	當歸麵線	689	20	20	99
1/28	五	芙蓉麵線	木須肉絲蛋炒飯、什錦湯	綠豆薏仁湯	660	19	18	101

◎本園一律使用國產豬肉