

牛頓幼稚園 111 年 6 月餐點心表 (含水果、飲料)

日期	上午早餐	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	
6/1	三	芝麻包+豆漿	油豆腐滷肉、木須彩繪、青翠時蔬、大黃瓜玉米湯	肉絲蔬菜麵	675	23	20	104
6/2	四	高麗菜鹹粥	杏鮑菇炒雞、糖醋甜不辣、青翠時蔬、紫菜豆芽湯	綠豆豆花	688	23	21	103
6/3	五	端午節放假一天						
6/4	一	銀絲卷+牛奶	香菇肉燥、螞蟻上樹、青翠時蔬、冬瓜大骨湯	什錦羹麵	686	26	22	102
6/7	二	芙蓉麵線	糖醋雞丁、香菇炒胡瓜、青翠時蔬、蛤蜊湯	生日蛋糕+麥茶	690	24	21	98
6/8	三	玉米雞茸粥	洋蔥肉絲、蕃茄炒蛋、青翠時蔬、豆腐木耳湯	蘿蔔糕湯	678	21	22	102
6/9	四	黑糖饅頭+豆漿	玉米炒嫩雞、西芹炒豆干、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯	翡翠粥	689	20	20	88
6/10	五	餛飩麵	豬肉菇菇咖哩飯	紫米薏仁湯	686	21	21	109
6/11	一	鮮菇冬粉	豆瓣回鍋肉、紅蘿蔔炒蛋、青翠時蔬、空心菜小魚湯	綠豆QQ湯	710	21	22	120
6/14	二	馬鈴薯濃湯	鮮肉吻魚、香菇麵筋球、青翠時蔬、大黃瓜魚丸湯	肉絲雞蛋麵	656	22	20	97
6/15	三	營養粥	馬鈴薯燉肉、什錦大白菜、青翠時蔬、酸菜筍片湯	絲瓜蛤蜊麵線	690	23	20	106
6/16	四	草莓土司+豆漿	香菇雞、鮑菇炒百頁、青翠時蔬、豆薯大骨湯	鍋燒烏龍麵	658	23	20	96
6/17	五	鮮筍肉絲粥	什錦炒麵、玉米蛋花湯	地瓜芋圓湯	670	19	19	99
6/18	一	榨菜肉絲麵	滷肉丸子、蠔油嫩蛋、青翠時蔬、金菇三絲湯	綠豆仁小米粥	670	23	21	92
6/21	二	雜糧饅頭+薏仁漿	蘿蔔蔥燒雞、小黃瓜炒海帶根、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	韭香米苔目	656	21	20	86
6/22	三	清粥小菜	京醬肉絲、魚香豆腐、青翠時蔬、菇菇丸子湯	玉米濃湯	680	22	20	98
6/23	四	小時候大餅+豆漿	紅燒肉、香菇玉米筍、青翠時蔬、黃金蚬湯	雞絲麵	682	21	21	112
6/24	五	什錦粥	雞肉時蔬丼飯、黃豆芽蕃茄湯	粉圓仙草蜜	679	21	21	118
6/25	一	雞蛋饅頭+牛奶	魚香肉絲、滑蛋豆腐、青翠時蔬、胡瓜大骨湯	味噌拉麵	699	26	22	101
6/28	二	芙蓉瘦肉粥	三杯雞、金菇燴絲瓜、青翠時蔬、玉米條大骨湯	紅豆湯圓	678	22	20	96
6/29	三	雪菜肉絲麵	冬瓜燜肉、洋蔥炒干片、青翠時蔬、四神湯	關東煮	690	22	22	106
6/30	四	鮮肉蔬菜粥	紅燒南瓜雞、照燒玉米、青翠時蔬、海帶結大骨湯	切仔麵	702	22	20	99

◎本園一律使用國產豬肉