

牛頓幼稚園 112 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 | 四 | 鮮奶饅頭+豆漿 | 杏鮑菇炒雞、咖哩洋芋、青翠時蔬、紫菜豆芽湯 | 蛤仔拉麵 | 688 | 23 | 21 | 103 |
| 6/2 | 五 | 高麗菜鹹粥 | 蘑菇肉醬通心麵、蛤蜊湯 | 芋頭西米露 | | | | |
| 6/5 | 一 | 紅豆包+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 |
| 6/6 | 二 | 芙蓉麵線 | 糖醋雞丁、香菇炒胡瓜、青翠時蔬、青菜蛋花湯 | 生日小餐包+麥茶 | 690 | 24 | 21 | 98 |
| 6/7 | 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 |
| 6/8 | 四 | 雞蛋饅頭+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 | 23 | 20 | 88 |
| 6/9 | 五 | 餛飩麵 | 豬肉咖哩飯 | 綠豆地瓜湯 | 686 | 21 | 21 | 109 |
| 6/12 | 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 | 紫米薏仁湯 | 710 | 21 | 22 | 120 |
| 6/13 | 二 | 榨菜肉絲麵 | 紅燒肉、鮑菇炒百頁、青翠時蔬、大黃瓜大骨湯 | 馬鈴薯濃湯 | 656 | 22 | 20 | 97 |
| 6/14 | 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 |
| 6/15 | 四 | 草莓土司+牛奶 | 香菇雞、海帶芽嫩豆腐、青翠時蔬、豆薯大骨湯 | 香菇肉燥麵 | 658 | 23 | 20 | 96 |
| 6/16 | 五 | 雞絲麵 | 香菇高麗菜飯、黃金蚬湯 | 地瓜芋圓湯 | 670 | 19 | 19 | 99 |
| 6/17 | 六 | 小時候大餅+豆漿 | 什錦炒麵、玉米蛋花湯 | 鮮筍肉絲粥 | 682 | 23 | 21 | 112 |
| 6/19 | 一 | 肉絲雞蛋麵 | 蒜香吻魚、蠔油嫩蛋、青翠時蔬、金菇三絲湯 | 綠豆仁小米粥 | 670 | 23 | 21 | 92 |
| 6/20 | 二 | 雜糧饅頭+豆漿 | 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 |
| 6/21 | 三 | 清粥小菜 | 京醬肉絲、魚香豆腐、青翠時蔬、香菇鮮筍湯 | 鍋燒烏龍麵 | 680 | 22 | 20 | 98 |
| 6/22 | 四 | 端午節放假 | | | | | | |
| 6/23 | 五 | 端午節彈性放假 | | | | | | |
| 6/26 | 一 | 黑糖饅頭+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 |
| 6/27 | 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 |
| 6/28 | 三 | 切仔麵 | 冬瓜燜肉、洋蔥炒干片、青翠時蔬、四神湯 | 關東煮 | 690 | 22 | 22 | 106 |
| 6/29 | 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 | 雪菜肉絲麵 | 702 | 22 | 20 | 99 |
| 6/30 | 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 |

※本園餐點一律使用國產豬肉與 CAS 雞肉