

牛頓幼稚園 112 年 10 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	
10/2	一	雜糧饅頭+牛奶	京醬肉絲、玉米什錦、青翠時蔬、胡瓜大骨湯	切仔麵	690	28	22	99
10/3	二	什錦粥	馬鈴薯燉肉、洋蔥炒蛋、青翠時蔬、木耳豆腐湯	生日餐包+麥茶	701	23	19	110
10/4	三	玉米通心麵	芋頭燒雞、螞蟻上樹、青翠時蔬、菇菇湯	香菇雞肉粥	703	22	22	89
10/5	四	小銀絲+豆漿	瓜仔肉、蔥爆豆干、青翠時蔬、蔔蔔貢丸湯	味噌拉麵	698	23	22	97
10/6	五	營養雞蛋麵	蔥爆豬肉燴飯	綠豆地瓜湯	708	22	20	101
10/9	一	~雙十節彈性放假~						
10/10	二	~雙十節放假~						
10/11	三	芝麻包+牛奶	雞粒毛豆仁、紅蘿蘿炒蛋、青翠時蔬、大黃瓜大骨湯	肉燥米粉湯	693	21	21	100
10/12	四	肉絲蔬菜麵	豆干滷肉、秀珍菇炒白菜、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	紅豆芋圓湯	701	24	22	94
10/13	五	雞肉香菇粥	南瓜肉絲炒米粉、蘿蔔油豆腐湯	馬鈴薯濃湯	697	20	20	110
10/16	一	餛飩麵	蔥爆雞柳、鄉村木須、青翠時蔬、海帶結大骨湯	綠豆薏仁湯	708	22	20	112
10/17	二	雞茸玉米粥	紅燒魚片豆腐、照燒杏鮑菇、青翠時蔬、什錦湯	蛤仔拉麵	699	20	19	99
10/18	三	黑糖饅頭+牛奶	三杯雞、甜玉米炒蛋、青翠時蔬、黃豆芽蕃茄湯	湯餃	702	25	21	105
10/19	四	日式烏龍麵	回鍋肉、蒜香桂竹筍、青翠時蔬、養生牛蒡湯	紅豆豆花	705	22	21	108
10/20	五	小肉包+豆漿	十錦炒麵、玉米濃湯	營養粥	715	22	19	101
10/23	一	芙蓉麵線	香菇肉燥、蒜香豆干、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯	地瓜西米露	699	22	20	106
10/24	二	芋頭香菇粥	豆輪滷肉、蔥花蛋、青翠時蔬、海芽味噌湯	關東煮	716	24	22	96
10/25	三	葡萄土司+豆漿	醬瓜雞、麻婆豆腐、青翠時蔬、冬瓜大骨湯	香菇雞湯麵	720	23	20	102
10/26	四	芙蓉蔬菜粥	糖醋肉絲、西芹小瓜、青翠時蔬、金菇蛋絲湯	榨菜肉絲冬粉	698	21	20	99
10/27	五	什錦麵	鮮菇肉羹蔬菜燴飯	綠豆粉圓湯	689	20	21	108
10/30	一	雞絲麵	蔥爆豬柳、紅燒豆腐、青脆時蔬、青菜蛋花湯	芋香紫米饅	682	21	21	98
10/31	二	蛋花細麵	紅燒肉、鴻喜菇炒蛋、青翠時蔬、玉米條湯	葡萄乾小米粥	688	23	21	116

◎本園一律使用國產豬肉及 CAS 雞肉