

牛頓幼稚園 113 年 6 月餐點心表 (含水果、飲料)

日期	上午早餐 (含水果)	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	
6/3	一	紅豆包+牛奶	香菇肉燥、螞蟻上樹、青翠時蔬、冬瓜大骨湯	雪菜肉絲麵	686	26	22	102
6/4	二	芙蓉麵線	糖醋雞丁、香菇炒胡瓜、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	生日小餐包+麥茶	690	24	21	98
6/5	三	玉米雞茸粥	洋蔥肉絲、紅蘿蔔炒蛋、青翠時蔬、豆腐木耳湯	蘿蔔糕湯	678	21	22	102
6/6	四	雞蛋饅頭+豆漿	豆瓣回鍋肉、玉米炒豆干、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯	翡翠粥	689	24	20	88
6/7	五	餛飩麵	香菇肉羹燴飯	綠豆地瓜湯	686	21	21	109
6/10	一	端午節放假						
6/11	二	小餐包+牛奶	紅燒肉、鮑菇炒百頁、青翠時蔬、大黃瓜大骨湯	香菇肉燥麵	656	22	20	97
6/12	三	高麗菜鹹粥	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
6/13	四	榨菜肉絲麵	三杯雞、海帶芽嫩豆腐、青翠時蔬、豆薯大骨湯	玉米濃湯	658	26	21	96
6/14	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	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
6/18	二	雜糧饅頭+豆漿	蘿蔔蔥燒雞、小黃瓜炒海帶根、青翠時蔬、青菜蛋花湯	油豆腐細粉	656	24	22	86
6/19	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
6/20	四	鮮奶饅頭+豆漿	杏鮑菇炒雞、蔥燒馬鈴薯、青翠時蔬、空心菜小魚湯	蛤仔拉麵	688	23	21	103
6/21	五	營養粥	南瓜炒米粉、貢丸湯	紫米薏仁湯	692	22	20	106
6/24	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
6/25	二	芙蓉瘦肉粥	瓜仔肉、金菇燴絲瓜、青翠時蔬、玉米條大骨湯	紅豆湯圓	678	22	20	96
6/26	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
6/27	四	小肉包+豆漿	紅燒南瓜雞、照燒玉米、青翠時蔬、海帶結大骨湯	什錦羹米粉	702	22	20	99
6/28	五	鮮筍肉絲粥	什錦炒麵、蛤蜊湯	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