

牛頓幼稚園113年8月餐點心表 (含水果、飲料)

日期	星期	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
8月1日	四	葡萄吐司+豆漿	馬鈴薯燉肉、毛豆香菇炒豆干、青翠時蔬、山藥排骨湯	筍香蔬菜麵	690	23	21	126
8月2日	五	香菇肉燥雜糧麵	鴻喜菇拌飯、油豆腐蘿蔔湯	綠豆QQ圓	675	24	21	102
8月5日	一	叻魚粥	海帶結燒肉、香菇炒胡瓜、青翠時蔬、黃瓜大骨湯	肉燥麵	682	23	21	95
8月6日	二	蔥花雞麵	醬爆肉絲、菇菇滑蛋、青翠時蔬、玉米條大骨湯	生日餐包+麥茶	669	20	19	98
8月7日	三	銀絲卷+豆漿	咕咾肉、玉米炒洋蔥、青翠時蔬、胡瓜大骨湯	地瓜瘦肉粥	685	24	21	86
8月8日	四	榨菜肉絲麵	醬瓜雞、蕃茄嫩豆腐、青翠時蔬、清燉黃金蜆湯	紫米薏仁湯	692	23	21	82
8月9日	五	小餐包+牛奶	芋香菇雞炊飯、豆芽肉絲湯	玉米通心麵	677	24	22	101
8月12日	一	芙蓉麵線	蔭冬瓜燒肉、芹香豆干、青翠時蔬、空心菜湯	餛飩麵	680	23	21	95
8月13日	二	鮮奶饅頭+豆漿	鮮肉叻魚、海帶干絲、青翠時蔬、青菜豆腐湯	桂圓糯米粥	691	20	20	96
8月14日	三	鮮筍瘦肉粥	豆香炒三丁、白菜滷、青翠時蔬、冬瓜薑絲湯	陽春麵	686	22	19	104
8月15日	四	肉絲關東細麵	洋蔥雞柳、菜脯蛋、青翠時蔬、元氣蔬菜湯	紅豆湯	660	23	20	87
8月16日	五	蔬菜玉米粥	咖哩豬肉燴飯、玉米蛋花湯	關東煮	667	22	19	101
8月19日	一	紅豆包+牛奶	香菇肉燥、小黃瓜炒秀珍菇、青翠時蔬、味噌海芽湯	油豆腐細粉	675	22	19	98
8月20日	二	鍋燒烏龍麵	香菇雞、客家小炒、青翠時蔬、白菜蛋花湯	小米紅棗地瓜湯	708	21	22	102
8月21日	三	雞蛋饅頭+薏仁漿	蒜泥白肉、雪菜干丁、青翠時蔬、香菇雞湯	仙草米苔目	692	25	22	110
8月22日	四	芋頭鹹粥	滷肉丸子、洋蔥炒玉米、青翠時蔬、鮮筍大骨湯	玉米濃湯	701	21	22	85
8月23日	五	馬鈴薯濃湯	肉絲蛋炒飯、蛤蜊湯	胡瓜瘦肉粥	680	22	21	94
8月26日	一	小肉包+牛奶	洋芋燜肉、芙蓉絲瓜、青翠時蔬、紫菜小魚湯	雞絲麵	710	23	21	88
8月27日	二	香菇肉粥	玉米雞丁、番茄炒蛋、海帶結大骨湯	綠豆薏仁湯	699	20	19	100
8月28日	三	雞汁杏菜麵線	瓜仔肉、塔香豆雞、青翠時蔬、金針排骨湯	古早味粉圓湯	656	20	19	81
8月29日	四	草莓土司+豆漿	紅燒杏鮑菇雞、毛豆嫩豆腐、青翠時蔬、青木瓜排骨湯	芋頭米粉湯	666	23	20	92
8月30日	五	地瓜粥+肉鬆	肉絲炒烏龍、青翠時蔬、綜合湯	貓耳朵	702	24	22	112

◎本園一律使用國產豬肉及CAS雞肉