

牛頓幼稚園 113 年 11 月餐點心表 (含水果、飲料)

日期	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	
11/1	五	日式烏龍麵	回鍋肉、蒜香桂竹筍、青翠時蔬、養生牛蒡湯	南瓜濃湯+全麥吐司	675	23	22	88
11/4	一	餛飩麵	花瓜雞、紅蘿蔔炒蛋、青脆時蔬、四神湯	關東煮	688	23	20	100
11/5	二	肉絲蛋花粥	冬瓜滷肉、螞蟻上樹、青脆時蔬、香菇雞湯	生日餐包+麥茶	661	23	21	96
11/6	三	銀絲捲+豆漿	蒜泥白肉、麻婆豆腐、青脆時蔬、味噌海芽湯	鮮菇米粉湯	673	23	20	88
11/7	四	香菇粥	黃瓜肉片、洋蔥甜玉米、青脆時蔬、金菇蛋花湯	紅豆薏仁湯	669	21	22	85
11/8	五	什錦湯麵	水餃、酸辣湯	叻仔魚粥	696	20	20	98
11/11	一	鮮奶饅頭+牛奶	洋蔥雞柳、什錦燴大瓜、青脆時蔬、紫菜蛋花湯	當歸麵線	693	22	20	99
11/12	二	地瓜粥	京醬肉絲、香菇燒白菜、青脆時蔬、玉米條大骨湯	什錦麵疙瘩	701	22	21	101
11/13	三	香菇肉燥麵	蘿蔔滷肉、洋蔥炒蛋、青脆時蔬、雞汁魚丸湯	綠豆地瓜湯	698	22	21	88
11/14	四	芙蓉麵線	玉米雞丁、茄汁百頁、青脆時蔬、冬瓜大骨湯	玉米濃湯	670	21	20	90
11/15	五	滑蛋瘦肉粥	什錦炒麵、蘿蔔大骨湯	福圓甜湯	665	20	18	86
11/18	一	雞蛋饅頭+牛奶	三杯雞、炒三絲、青脆時蔬、大黃瓜湯	肉燥粿條湯	685	25	21	92
11/19	二	長豆瘦肉粥	瓜仔肉、西芹雙脆、青脆時蔬、鮮菇湯	芋頭西米露	674	22	19	115
11/20	三	切仔麵	海帶結滷肉、菜脯蛋、青脆時蔬、豆薯蛋花湯	鮮肉蔬菜粥	702	23	20	96
11/21	四	葡萄土司+豆漿	蔥爆豬柳、玉米什錦、青脆時蔬、何首烏雞湯	油豆腐細粉	680	23	22	96
11/22	五	雞蛋燕麥麵	咖哩豬肉飯	紅豆糯米粥	685	23	20	119
11/25	一	蕃茄豆皮麵	香菇肉燥、毛豆炒鮮菇、青脆時蔬、黃金蚬湯	黃金芋圓湯	674	20	19	95
11/26	二	營養粥	馬鈴薯燉肉、蒜香豆干片、青翠時蔬、綜合湯	香菇什錦麵	678	22	20	100
11/27	三	小肉包+豆漿	紅燒肉、木須彩燴、青脆時蔬、玉米金菇湯	肉絲芋香粥	665	19	21	92
11/28	四	蔬菜肉絲麵	醬瓜燒肉、家常豆腐、青脆時蔬、海帶結大骨湯	蘿蔔糕湯	710	22	21	120
11/29	五	高麗菜瘦肉粥	古早味炒米粉、三絲湯	鍋燒烏龍麵	674	20	20	113

◎本園一律使用國產豬肉及 CAS 雞肉