

# 牛頓幼稚園 110 年 9 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	
9/1	三	芙蓉瘦肉粥	香蘿滷肉、洋蔥炒蛋、青翠時蔬、胡瓜湯	香菇雞麵	702	24	22	112
9/2	四	鮮奶饅頭+薏仁漿	香菇蒸肉、蒜香桂竹筍、青翠時蔬、蛤蜊湯	營養粥	663	20	21	82
9/3	五	陽春麵	鳳梨雞丁炒飯、四神湯	紅豆紫米饅	695	21	20	90
9/6	一	雞蛋饅頭+牛奶	蠔油肉絲、香菇百頁、青翠時蔬、大黃瓜丸片湯	蔬菜瘦肉粥	670	22	18	86
9/7	二	雞汁杏菜麵線	梅干扣肉、紅蘿蔔炒蛋、青翠時蔬、三絲湯	生日蛋糕+麥茶	708	23	22	98
9/8	三	榨菜肉絲麵	彩椒雞絲、咖哩豆腐香、青翠時蔬、黃豆芽大骨湯	綠豆仁小米粥	676	21	18	102
9/9	四	草莓土司+豆漿	海帶燻肉、洋芋炒玉米、青翠時蔬、青菜蛋花湯	餛飩麵	660	22	21	102
9/10	五	薏仁雞肉粥	海鮮肉絲炒烏龍、鮮筍香菇湯	關東煮	689	22	21	101
9/11	六	切仔麵	水餃、酸辣湯	愛玉凍	688	20	20	98
9/13	一	芙蓉麵線	香蔥豬柳、洋蔥炒豆干、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯	玉米濃湯	672	26	21	105
9/14	二	高麗菜鹹粥	蒜泥白肉、芙蓉絲瓜、青翠時蔬、玉米大骨湯	綠豆薏仁湯	696	22	22	116
9/15	三	粿仔條	醬瓜雞、乾燒海帶結、青翠時蔬、黃金蚬湯	海鮮粥	690	20	19	114
9/16	四	草莓饅頭+豆漿	馬鈴薯燒肉、芹香天婦羅、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	芋頭米粉湯	656	21	22	90
9/17	五	玉米燕麥粥	咖哩豬肉飯、豆腐金菇湯	福圓甜湯	691	22	22	100
9/20	一		中秋節調整放假					
9/21	二		中秋節放假一天					
9/22	三	玉米脆片+牛奶	三杯雞、玉米炒蛋、青翠時蔬、薑絲冬瓜湯	綠豆小粉圓	657	21	21	96
9/23	四	雞蓉玉米粥	油豆腐燉肉、金菇豆皮、青翠時蔬、綜合湯	肉羹麵線	680	23	21	95
9/24	五	擔擔麵	香菇肉絲高麗菜飯、金菇蛋花湯	胡瓜粥	689	20	20	90
9/27	一	黑糖饅頭+牛奶	木須肉絲、香菇麵腸、青翠時蔬、蘿卜大骨湯	狀元及第粥	702	25	21	106
9/28	二	營養雞蛋麵	瓜仔肉、炒三絲、青翠時蔬、金菇排骨湯	黃金地瓜湯	690	23	21	95
9/29	三	鴻喜菇鮮肉粥	吻魚鮮肉、麻婆豆腐、青翠時蔬、紫菜湯	貓耳朵	700	20	20	103
9/30	四	油豆腐細粉	糖醋肉、什錦燴黃瓜、青翠時蔬、味噌海芽湯	南瓜濃湯	692	22	22	120

◎本園一律使用國產豬肉