

# 牛頓幼稚園 111 年 8 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	
8/1	一	芋泥包+牛奶	紅燒嫩肉、金菇拌木耳、青翠時蔬、蔬菜蛋花湯	肉羹麵線	652	26	23	85
8/2	二	香菇肉燥雜糧麵	蔥爆豬柳、毛豆香菇炒豆干、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯	生日蛋糕+麥茶	690	22	21	126
8/3	三	吻魚粥	三杯雞、菇菇滑蛋、青翠時蔬、玉米條大骨湯	湯餃	675	23	21	102
8/4	四	果醬吐司+豆漿	海帶結燒肉、醬燒豆腐、青翠時蔬、黃瓜大骨湯	肉燥麵	682	23	21	95
8/5	五	蔥花雞麵	鴻喜菇拌飯	紅豆湯	669	20	19	98
8/8	一	芙蓉麵線	咕咾肉、玉米炒蛋、青翠時蔬、胡瓜湯	關東煮	685	22	21	86
8/9	二	什錦湯麵	醬瓜雞、毛豆嫩豆腐、青翠時蔬、清燉黃金蜆湯	綠豆豆花	692	22	21	82
8/10	三	銀絲卷+豆漿	什錦肉片、花生麵筋、青翠時蔬、金菇蛋花湯	蘿蔔糕湯	677	24	22	101
8/11	四	馬鈴薯濃湯	蔭冬瓜燒肉、魚香粉絲、青翠時蔬、空心菜湯	餛飩麵	680	23	21	95
8/12	五	鮮筍瘦肉粥	古早味炒麵、榨菜肉絲湯	地瓜綠豆湯	691	20	20	96
8/15	一	肉絲關東細麵	豆香炒三丁、白菜滷、青翠時蔬、冬瓜薑絲湯	米糕粥	686	20	19	104
8/16	二	蔬菜玉米粥	洋蔥雞柳、菜脯蛋、青翠時蔬、芹香丸片湯	陽春麵	660	21	20	87
8/17	三	黑糖饅頭+豆漿	鮮肉吻魚、海帶干絲、青翠時蔬、青菜豆腐湯	什錦麵疙瘩	667	22	19	101
8/18	四	鍋燒烏龍麵	香菇肉燥、小黃瓜炒秀珍菇、青翠時蔬、味噌海芽湯	愛玉西米露	675	22	19	98
8/19	五	地瓜瘦肉粥	咖哩雞肉飯	油豆腐細粉	708	21	22	102
8/22	一	雞蛋饅頭+牛奶	蒜泥白肉、洋蔥炒玉米、青翠時蔬、香菇魚丸雞湯	古早味米苔目	692	23	22	110
8/23	二	芋頭地瓜粥	滷肉丸子、雪菜干丁、青翠時蔬、鮮筍大骨湯	玉米濃湯	701	21	22	85
8/24	三	榨菜肉絲麵	玉米雞丁、酸菜麵腸、青翠時蔬、蛤仔湯	仙草米苔目	680	22	21	94
8/25	四	小肉包+豆漿	洋芋燜肉、芙蓉絲瓜、青翠時蔬、紫菜小魚湯	雞絲麵	710	26	21	88
8/26	五	香菇肉粥	客家香菇炒板條、元氣蔬菜湯	綠豆薏仁湯	699	20	19	100
8/29	一	胡瓜細麵	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
8/30	二	小餐包+豆漿	紅燒杏鮑菇雞、韭菜天婦蘿、青翠時蔬、青木瓜排骨湯	芋頭米粉湯	666	21	20	92
8/31	三	胡瓜瘦肉粥	香蘿滷肉、洋蔥炒蛋、青翠時蔬、蕃茄豆芽湯	香菇雞麵	702	24	22	112

◎本園一律使用國產豬肉