

# 牛頓幼稚園 111 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	四	黑糖饅頭+薏仁漿	雞茸燴玉米、鮮筍什錦、青翠時蔬、蛤蜊湯	餛飩麵	663	21	22	82
9/2	五	高麗菜鹹粥	海鮮肉絲炒烏龍、金菇蛋花湯	紅豆紫米饅	695	21	20	90
9/5	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	榨菜肉絲麵	670	25	22	86
9/6	二	蔬菜瘦肉粥	梅干肉丸子、紅蘿蔔炒蛋、青翠時蔬、金菇三絲湯	生日蛋糕+麥茶	708	23	22	98
9/7	三	雞汁杏菜細麵	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	22	20	102
9/8	四	草莓土司+豆漿	紅燒肉、芹香天婦羅、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	蛤仔麵	660	23	21	102
9/9	五	中秋節補假一天						
9/12	一	玉米脆片+牛奶	香菇肉燥、洋蔥炒蛋、青翠時蔬、玉米大骨湯	芋頭米粉湯	702	24	22	112
9/13	二	營養粥	馬鈴薯燒肉、炒三絲、青翠時蔬、蘿蔔貢丸湯	綠豆薏仁湯	696	23	22	116
9/14	三	什錦麵	醬瓜雞、蕃茄肉末金針菇、青翠時蔬、黃金蚬湯	玉米濃湯	690	20	20	114
9/15	四	小肉包+豆漿	海帶燻肉、洋芋炒玉米、青翠時蔬、青菜蛋花湯	粿仔條	656	23	22	90
9/16	五	鴻喜菇鮮肉粥	咖哩豬肉飯	仙草凍	691	22	22	100
9/19	一	芙蓉麵線	鐵板豬柳、雙菇什錦、青翠時蔬、海帶豆腐湯	紅豆西米露	672	23	21	105
9/20	二	銀絲卷+薏仁漿	筍乾滷肉、洋蔥炒豆干、青翠時蔬、鮮筍香菇湯	營養雞蛋麵	689	22	20	101
9/21	三	鍋燒意麵	三杯雞、木耳炒蛋、青翠時蔬、薑絲冬瓜湯	綠豆地瓜湯	657	27	23	96
9/22	四	葡萄土司+豆漿	油豆腐燉肉、金菇豆皮、青翠時蔬、綜合湯	肉羹麵線	680	23	22	95
9/23	五	清粥小菜	鳳梨雞丁炒飯、四神湯	蘿蔔糕湯	689	20	20	90
9/26	一	貢丸冬粉湯	木須肉絲、香菇麵腸、青翠時蔬、蘿卜大骨湯	貓耳朵	702	25	21	106
9/27	二	香菇雞麵	瓜仔肉、番茄炒蛋、青翠時蔬、金菇排骨湯	檸檬愛玉凍	690	23	21	95
9/28	三	玉米肉絲粥	吻魚鮮肉、麻婆豆腐、青翠時蔬、紫菜湯	切仔麵	700	22	20	103
9/29	四	鮮奶饅頭+豆漿	糖醋肉絲、什錦燴黃瓜、青翠時蔬、蒜仁蛤蜊雞湯	關東煮	692	22	22	120
9/30	五	海鮮粥	水餃、酸辣湯	綠豆米苔目	688	20	20	98

◎本園一律使用國產豬肉