

# 牛頓幼稚園 111 年 12 月餐點心表 ( 含水果、飲料 )

日期	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	
12/1	四	小餐包+豆漿	蔥爆豬柳、木須彩燴、青翠時蔬、紫菜湯	古早味米苔目	686	22	22	99
12/2	五	山藥養生粥	蘑菇肉醬鐵板麵、蛤仔湯	綠豆薏仁湯	656	21	18	95
12/5	一	蔬菜什錦麵	醬爆雞絲、家常豆腐、青翠時蔬、豆薯蛋花湯	馬鈴薯濃湯	670	22	19	104
12/6	二	雞蓉蔬菜粥	芋香燜肉、洋蔥炒蛋、青翠時蔬、菇菇湯	生日蛋糕+麥茶	688	24	18	108
12/7	三	草莓土司+豆漿	洋蔥炒肉絲、蕃茄肉末、青脆時蔬、蘿蔔大骨湯	油豆腐細粉	669	22	22	85
12/8	四	擔仔麵	香菇肉燥、黃瓜拌雙菇、青翠時蔬、黃金蚬湯	地瓜芋圓湯	646	22	22	92
12/9	五	香菇肉末粥	高麗菜肉絲飯、蒜頭雞湯	關東煮	690	20	19	99
12/12	一	餛飩麵	糖醋肉絲、雪菇拌木耳、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	什錦粥	681	22	21	102
12/13	二	黑糖饅頭+豆漿	香菇雞、洋蔥炒黑豆干、青翠時蔬、蕃茄豆芽湯	粉圓豆花	670	23	20	99
12/14	三	枸杞健康粥	梅干扣肉、紅蘿蔔炒蛋、青翠時蔬、結頭菜大骨湯	翡翠羹麵	687	24	19	101
12/15	四	肉絲冬粉	蘿蔔滷肉、田園四喜、青脆時蔬、味噌豆腐湯	水餃蛋花湯	656	22	19	116
12/16	五	瘦肉粥	日式烏龍湯麵	綠豆仁小米粥	682	21	20	100
12/19	一	小銀絲+牛奶	三杯雞、菇菇炒蛋、青翠時蔬、薑絲冬瓜湯	當歸麵線	670	25	19	98
12/20	二	高麗菜鹹粥	醬燒鮑菇雞、肉末豆腐煲、青翠時蔬、紫菜味噌湯	芋頭西米露	677	21	20	112
12/21	三	芝麻包+豆漿	瓜仔肉、海帶麵筋球、青翠時蔬、金菇湯	香菇雞細麵	669	23	20	99
12/22	四	玉米濃湯	紅燒肉、炒三絲、青脆時蔬、玉米排骨湯	紅豆湯圓	679	24	19	103
12/23	五	切仔麵	鮮味菇菇蒸飯、山藥大骨湯	蘿蔔糕	668	21	22	95
12/26	一	芙蓉麵線	醬瓜雞、蕃茄滑蛋、青翠時蔬、黃瓜大骨湯	薏仁紫米粥	690	24	20	90
12/25	二	鮮奶饅頭+豆漿	竹須肉絲、麻婆豆腐、青翠時蔬、養生牛蒡湯	肉燥粿仔條	701	21	20	108
12/28	三	雞汁米粉湯	紅燒獅子頭、薑絲麵腸、青翠時蔬、芹香丸子湯	茶葉蛋+冬瓜茶	679	23	21	96
12/29	四	古早味鮮肉粥	回鍋肉、咖哩時蔬、青翠時蔬、青菜蛋花湯	麵疙瘩	700	22	20	107
12/30	五	清粥小菜	咖哩雞肉飯	香菇什錦麵	659	22	19	120

◎本園一律使用國產豬肉