

牛頓幼稚園 112 年 7 月餐點心表 (含水果、飲料)

日期	上午早餐 (含水果)	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	
7/3	一	銀絲卷+牛奶	咕咾肉、紅蘿蔔炒蛋、青翠時蔬、青菜豆腐湯	貓耳朵	676	24	22	168
7/4	二	榨菜肉絲麵	醬瓜雞、洋蔥甜玉米、青翠時蔬、冬瓜大骨湯	小餐包+麥茶	680	22	18	95
7/5	三	高麗菜鹹粥	瓜仔肉、客家小炒、青翠時蔬、綜合湯	蘿蔔糕湯	665	21	19	98
7/6	四	黑糖饅頭+豆漿	蘿蔔燒肉、小黃瓜炒三絲、青翠時蔬、清燉黃金蚬湯	日式烏龍麵	682	22	21	90
7/7	五	南瓜通心麵濃湯	芋香菇雞炊飯、玉米條大骨湯	綠豆薏仁湯	695	21	21	102
7/10	一	玉米脆片+牛奶	南瓜燒肉、醬炒桂竹筍、青翠時蔬、黃豆芽大骨湯	油豆腐細粉	686	26	18	104
7/11	二	台式鹹粥	豆干滷肉、彩椒鮑菇、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	紅豆紫米饅	691	20	21	96
7/12	三	小餐包+豆漿	香菇雞、絲瓜滑蛋、青翠時蔬、空心菜吻魚湯	肉燥麵	679	19	19	112
7/13	四	餛飩麵	蔥爆肉絲、紅燒豆腐、青翠時蔬、胡瓜大骨湯	粉圓豆花	670	20	21	96
7/14	五	雞絲玉米粥	水餃、大滷湯	什錦雜糧麵	690	19	20	102
7/17	一	陽春麵	香菇肉燥、芹香炒豆干、青翠時蔬、三絲湯	紅豆地瓜湯	699	22	20	98
7/18	二	雞蛋饅頭+薏仁漿	福菜冬瓜滷肉、燴三菇、青翠時蔬、海芽湯	鹹米苔目	696	20	20	82
7/19	三	營養粥	宮保雞丁、洋蔥炒蛋、青翠時蔬、大黃瓜丸子湯	莧菜豆腐羹麵	666	19	18	89
7/20	四	小肉包+豆漿	馬鈴薯燉肉、彩燴玉米、青翠時蔬、鮮筍鮮菇湯	肉燥米粉湯	680	19	21	110
7/21	五	南瓜玉米粥	木須肉絲炒烏龍、牛蒡紅人蔘湯	仙草蜜	670	26	21	90
7/24	一	榨菜肉絲冬粉	洋蔥雞柳、蕃茄燒豆腐、青翠時蔬、味噌湯	綠豆QQ圓	689	21	18	99
7/25	二	草莓土司+豆漿	三杯雞、金菇豆皮、青翠時蔬、山藥大骨湯	關東煮	701	22	21	95
7/26	三	地瓜肉絲粥	紅燒肉、蔥花蛋、青翠時蔬、鮮筍丸子湯	鍋燒意麵	688	19	18	96
7/27	四	香菇肉末粥	芋頭燒肉、魚香粉絲、青翠時蔬、蛤蜊湯	蛋香雞絲麵	668	20	19	81
7/28	五	蔬菜關東細麵	咖哩豬肉飯	檸檬愛玉	681	20	20	125
7/31	一	芋泥包+牛奶	糖醋肉絲、金菇拌木耳、青翠時蔬、蔬菜蛋花湯	肉羹麵線	652	26	23	85

◎本園一律使用國產豬肉及 CAS 雞肉