

# 牛頓幼稚園 112 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	二	葡萄乾吐司+豆漿	蔥爆豬柳、毛豆香菇炒豆干、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯	生日菠蘿包+麥茶	690	22	21	126
8/2	三	香菇肉燥雜糧麵	三杯雞、菇菇滑蛋、青翠時蔬、玉米條大骨湯	湯餃	675	23	21	102
8/3	四	吻魚粥	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
8/4	五	蔥花雞麵	鴻喜菇拌飯、油豆腐蘿蔔湯	地瓜綠豆湯	669	20	19	98
8/7	一	銀絲卷+豆漿	咕咾肉、玉米炒蛋、青翠時蔬、胡瓜大骨湯	地瓜瘦肉粥	685	22	21	86
8/8	二	芙蓉麵線	醬瓜雞、蕃茄嫩豆腐、青翠時蔬、清燉黃金蚬湯	紫米薏仁湯	692	22	21	82
8/9	三	什錦湯麵	什錦肉片、咖哩三色、青翠時蔬、榨菜肉絲湯	三角大餅+冬瓜茶	677	24	22	101
8/10	四	馬鈴薯濃湯	蔭冬瓜燒肉、芹香豆干、青翠時蔬、空心菜湯	餛飩麵	680	23	21	95
8/11	五	鮮筍瘦肉粥	義大利蘑菇肉醬麵、玉米蛋花湯	桂圓糯米粥	691	20	20	96
8/14	一	鮮奶饅頭+豆漿	豆香炒三丁、白菜滷、青翠時蔬、冬瓜薑絲湯	陽春麵	686	20	19	104
8/15	二	肉絲關東細麵	洋蔥雞柳、菜脯蛋、青翠時蔬、元氣蔬菜湯	紅豆湯	660	21	20	87
8/16	三	蔬菜玉米粥	鮮肉吻魚、海帶干絲、青翠時蔬、青菜豆腐湯	關東煮	667	22	19	101
8/17	四	紅豆包+薏仁漿	香菇肉燥、小黃瓜炒秀珍菇、青翠時蔬、味噌海芽湯	油豆腐細粉	675	22	19	98
8/18	五	鍋燒烏龍麵	咖哩雞肉飯	小米紅棗地瓜湯	708	21	22	102
8/21	一	雞蛋饅頭+牛奶	蒜泥白肉、洋蔥炒玉米、青翠時蔬、香菇雞湯	仙草米苔目	692	25	22	110
8/22	二	芋頭鹹粥	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
8/23	三	榨菜肉絲麵	玉米雞丁、酸菜麵腸、青翠時蔬、蛤仔湯	胡瓜瘦肉粥	680	22	21	94
8/24	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	23	21	88
8/25	五	香菇肉粥	客家香菇炒板條、海帶結大骨湯	綠豆薏仁湯	699	20	19	100
8/28	一	餛飩麵	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
8/29	二	葡萄土司+豆漿	紅燒杏鮑菇雞、毛豆嫩豆腐、青翠時蔬、青木瓜排骨湯	芋頭米粉湯	666	22	20	92
8/30	三	地瓜粥+肉鬆	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
8/31	四	黑糖饅頭+牛奶	雞茸燴玉米、鮮筍什錦、青翠時蔬、紫菜蛋花湯	胡瓜細麵	663	21	22	82

◎本園一律使用國產豬肉及 CAS 雞肉