

牛頓幼稚園 113 年 5 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 | |
| 5/2 | 四 | 胡瓜香菇麵 | 海帶結滷肉、炒三絲、青翠時蔬、青菜蛋花湯 | 綜合營養粥 | 695 | 23 | 21 | 101 |
| 5/3 | 五 | 肉燥冬粉湯 | 日式鮮蔬炒烏龍、味噌豆腐湯 | 粉圓愛玉 | 671 | 23 | 20 | 99 |
| 5/6 | 一 | 蕃茄麵 | 醬爆肉絲、雞肉炒菌菇、青翠時蔬、黃瓜大骨湯 | 芋圓湯 | 663 | 22 | 20 | 86 |
| 5/7 | 二 | 高麗菜瘦肉粥 | 冬瓜滷肉、什錦馬鈴薯、青翠時蔬、金針菇蛋花湯 | 生日蛋糕+麥茶 | 681 | 23 | 22 | 96 |
| 5/8 | 三 | 小肉包+豆漿 | 蠔油雞丁、香菇燜筍、青翠時蔬、薑絲蚵仔湯 | 肉羹麵 | 695 | 23 | 21 | 101 |
| 5/9 | 四 | 芙蓉麵線 | 蒜泥白肉、肉醬豆腐、青翠時蔬、羅宋湯 | 綠豆地瓜湯 | 685 | 22 | 21 | 120 |
| 5/10 | 五 | 南瓜粥 | 水餃、酸辣湯 | 芋頭米粉 | 696 | 21 | 20 | 96 |
| 5/13 | 一 | 小銀絲+牛奶 | 蘿蔔滷肉、洋蔥甜玉米、青翠時蔬、三絲湯 | 蔬菜肉絲麵 | 687 | 25 | 22 | 87 |
| 5/14 | 二 | 鴻喜菇瘦肉粥 | 花瓜雞、家常豆腐、青翠時蔬、海帶結大骨湯 | 紅豆紫米饅 | 676 | 23 | 20 | 96 |
| 5/15 | 三 | 小餐包+豆漿 | 木須肉絲、白菜滷、青翠時蔬、胡瓜大骨湯 | 家常雞湯麵 | 675 | 23 | 21 | 90 |
| 5/16 | 四 | 肉絲細麵 | 清蒸鮮肉、百玉鮮菇、青翠時蔬、黃豆芽番茄湯 | 嫩仙草 | 662 | 21 | 22 | 86 |
| 5/17 | 五 | 玉米雞蓉粥 | 香菇肉燥拌麵、綜合湯 | 杏菜豆腐羹麵 | 666 | 21 | 20 | 93 |
| 5/20 | 一 | 餛飩麵 | 紅燒肉、香乾炒豆芽、青翠時蔬、芹菜貢丸湯 | 筍絲粥 | 701 | 23 | 22 | 101 |
| 5/21 | 二 | 清粥小菜 | 洋芋燜肉、蕃茄滑蛋、青翠時蔬、紫菜湯 | 什錦麵片兒 | 698 | 22 | 21 | 112 |
| 5/22 | 三 | 切仔麵 | 宮保雞丁、蒜香桂竹筍、青翠時蔬、蘿卜大骨湯 | 桂圓糯米粥 | 690 | 21 | 21 | 90 |
| 5/23 | 四 | 草莓土司+豆漿 | 京醬肉絲、三杯杏鮑菇、青翠時蔬、杏菜小魚湯 | 玉米濃湯 | 670 | 23 | 22 | 120 |
| 5/24 | 五 | 紫米蔬菜粥 | 雞肉時蔬丼飯、冬瓜大骨湯 | 綠豆蜜粉粿 | 681 | 22 | 22 | 92 |
| 5/27 | 一 | 玉米脆片+牛奶 | 芋頭燒肉、茄汁百頁、青翠時蔬、金菇蛋花湯 | 芙蓉蛋粥 | 685 | 21 | 20 | 100 |
| 5/28 | 二 | 什錦麵 | 瓜仔肉、芙蓉絲瓜、青翠時蔬、鮮筍大骨湯 | 綠豆豆花 | 654 | 23 | 20 | 108 |
| 5/29 | 三 | 雞肉珍菇粥 | 油豆腐滷肉、西芹海帶根、青翠時蔬、大黃瓜玉米湯 | 肉絲蔬菜麵 | 675 | 23 | 20 | 104 |
| 5/30 | 四 | 雞蛋饅頭+豆漿 | 三杯雞、木須彩繪、青翠時蔬、鮮筍雞湯 | 韭香米苔目 | 660 | 25 | 22 | 114 |
| 5/31 | 五 | 台式鹹粥 | 哨子麵、燙青菜、玉米條湯 | 紅豆薏仁湯 | 685 | 21 | 20 | 102 |

※本園餐點一律使用國產豬肉與 CAS 雞肉