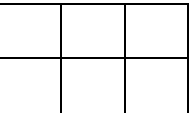


新北市新店區中正國小附設幼兒園109年度04月餐點設計																	
	早點		午餐						午點		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類	油脂類	奶類	熱量
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果			份	份	份	份	份	份	大卡
1	鍋貼	黑豆奶	白米飯	蔥油雞	塔香豆腐	有機蔬菜	海帶結排骨湯	當季水果	法式起司	牛奶	4.5	3.2	0.5	1.0	2.5	1.0	859
2			兒童節暨清明節連續假期														
6	玉米麥片	牛奶	白米飯	蒜泥白肉	番茄炒蛋	有機蔬菜	玉米排骨湯	當季水果	海鮮烏龍麵		4.5	2.5	1.0	1.0	3.0	1.0	842
7	肉絲麵線		燕麥飯	雞肉咖哩飯	雙色花椰菜	有機蔬菜	木瓜排骨湯	當季水果	綠豆西米露		5.0	2.0	1.2	1.0	2.5		702
8	小米雞蓉粥		小米飯	椒鹽魚片	黃瓜培根	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	當季水果	鮮肉包	糙米漿	4.5	3.0	1.0	1.0	3.0		756
9	仙草湯		五穀飯	照燒豬肉	豉香豆干	有機蔬菜	黃豆芽排骨湯	當季水果	花枝羹米粉		5.0	3.5	1.0	1.0	2.5		813
10	生日蛋糕	麥茶	糙米飯	橙汁雞柳	紅燒麵輪	有機蔬菜	蓮藕排骨湯	當季水果	燻雞薄餅	洛神花茶	5.0	2.2	0.5	1.0	3.0		720
13	蝦仁燒賣	豆漿	白米飯	豉汁排骨	肉香玉米	有機蔬菜	虱目魚丸湯	當季水果	芝麻小湯圓		5.0	3.7	1.0	1.0	2.5		823
14	翡翠豆腐羹		通心麵	白醬義大利麵	檸檬雞柳	有機蔬菜	番茄青菜蛋花湯	當季水果	台式鹹粥		4.5	3.8	0.9	1.0	3.0		814
15	肉絲湯麵		小米飯	紅燒肉	黃瓜甜不辣	有機蔬菜	柴魚味噌湯	當季水果	高麗菜包	燕麥堅果	4.5	2.6	1.0	1.0	2.5		708
16	蘿蔔糕湯		五穀飯	甜椒炒嫩雞	海帶肉絲	有機蔬菜	牛蒡枸杞排骨湯	當季水果	香菇米苔目		4.5	2.6	1.2	1.0	2.5		715
17	鮮蔬細粉湯		糙米飯	四季豆打拋豬	紅燒豆包	有機蔬菜	玉米濃湯	當季水果	大蒜麵包	黑豆奶	5.0	3.5	0.6	1.0	3.0		822
20	小兔包	鮮奶	白米飯	古早味肉燥	日式蒸蛋	有機蔬菜	什錦蔬菜湯	當季水果	南瓜米粉湯		5.0	2.6	0.6	1.0	2.5	1.0	852
21	鮮肉雲吞		燕麥飯	三杯雞	海帶豆干	有機蔬菜	結頭菜排骨湯	當季水果	四喜甜湯		5.0	3.0	0.7	1.0	2.5		767
22	珍珠丸	豆漿	小米飯	馬鈴薯燉肉	客家小炒	有機蔬菜	番茄青菜蛋花湯	當季水果	味噌拉麵		4.5	4.0	1.0	1.0	2.5		809
23	玉米肉末粥		五穀飯	梅干扣肉	叻仔魚煎蛋	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	當季水果	蘿蔔水晶餃		5.0	3.3	1.1	1.0	2.5		795
24	茶葉蛋	洛神花茶	糙米飯	糖醋里肌	黑木耳杏鮑菇	有機蔬菜	鮮蚬薑絲湯	當季水果	香蔥肉鬆捲	豆漿	4.5	2.3	1.0	1.0	3.0		707
27	芋泥包	牛奶	白米飯	洋蔥豬柳	玉米蒸蛋	有機蔬菜	鳳梨苦瓜排骨湯	當季水果	吻魚瘦肉粥		4.5	2.6	1.0	1.0	2.5	1.0	828
28	皮蛋瘦肉粥		燕麥飯	香酥鯛魚	桂竹筍炒肉絲	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	當季水果	寧波年糕湯		4.5	3.2	0.9	1.0	3.0		775
29	粉圓豆花		細拉麵	什錦炒麵	香酥雞塊	有機蔬菜	冬瓜薑絲湯	當季水果	黑糖饅頭	糙米漿	5.0	2.0	0.9	1.0	3.0		714
30	南瓜濃湯		五穀飯	五香豬肉	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	黃豆芽排骨湯	當季水果	紅豆紫米粥		5.0	3.1	1.0	1.0	2.5		781



[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

--	--	--	--

[illegible]

[illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

--	--	--

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

--	--	--	--

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

