	新北市新店區中正國小附設幼兒園109年度07月餐點設計																
	日	шL			午		餐		4	шL	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類	油脂類	奶類	熱量
	早	點	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果	午	點	份	份	份	份	份	份	大卡
1	玉米麥片	鮮奶	白米飯	馬鈴薯燉肉	吻仔魚煎蛋	有機蔬菜	海带結排骨湯	當季水果	鮮筍肉絲湯麵		4. 5	2.6	0.9	1.0	2.5	1.0	822
2	皮蛋瘦肉粥		燕麥飯	香酥鯛魚	沙茶芹香肉片	有機蔬菜	番茄青菜蛋花湯	當季水果	蘿蔔水晶餃		5. 0	4.0	1.0	1.0	2. 5		845
3	山粉圓愛玉檸檬湯		糙米飯	黑胡椒豬柳	川耳燴花椰	有機蔬菜	鮮蜆薑絲湯	當季水果	洋蔥火腿起司	洛神花茶	5. 5	2. 1	1.3	1.0	2. 5		745
6	珍珠丸	黑豆奶	小米飯	什錦炒麵	香酥雞塊	有機蔬菜	什錦蔬菜湯	當季水果	綠豆粉圓		5. 5	2.8	0.9	1.0	2. 5		787
7	肉絲麵線		燕麥飯	蔥燒梅花排	黄瓜甜不辣	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊排骨湯	當季水果	大芝麻包	鮮奶	5. 0	2.6	1.1	1.0	2.5	1.0	867
8	仙草湯		白米飯	雞肉咖哩飯	塔香海龍	有機蔬菜	黄豆芽排骨湯	當季水果	花枝羹米粉		5. 5	2.2	1.3	1.0	2.5		754
9	鮮肉雲吞		燕麥飯	五香豬肉	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	玉米排骨湯	當季水果	小米雞蓉粥		4. 5	3.5	0.6	1.0	2. 5		767
10	生日蛋糕	麥茶	細拉麵	紅燒雞丁	開陽蒲瓜	有機蔬菜	吻魚莧菜湯	當季水果	大蒜麵包	燕麥堅果	5. 0	1.7	1.0	1.0	3. 0		700
13	鍋貼	黑芝麻豆奶	小米飯	四季豆打拋豬	紅燒豆包	有機蔬菜	大黄瓜排骨湯	當季水果	香菇米苔目		5. 0	4. 4	1.0	1.0	2. 5		875
14	肉羹湯		燕麥飯	奶油花椰雞	海带肉絲	有機蔬菜	竹筍排骨湯	當季水果	花捲藍莓	優酪乳	5. 0	2. 2	1.5	1.0	2.5	1.0	845
						7/14休業											
					,	7/20-8/14=	暑期班										
					8/	'31開學日』	E式上課										





























































