

新北市新店區中正國小附設幼兒園111年度01月餐點設計

	早 點		午 餐						午 點		全穀類	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
3	珍珠丸	豆漿燕麥	小米飯	獅子頭	日式蒸蛋	有機蔬菜	柴魚味噌湯	當季水果	魚片瘦肉粥		5.0	2.2	0.8	1.0	1.5		665
4	燒仙草		燕麥飯	香酥鯛魚	黃瓜炒香腸	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	當季水果	花枝羹米粉		5.0	3.1	0.9	1.0	1.5		733
5	小米雞蓉粥		糙米飯	照燒雞腿	甜不辣炒菇	有機蔬菜	玉米排骨湯	當季水果	鮭魚吐司	牛奶	4.5	2.8	1.0	1.0	1.5	1.0	798
6	鮮肉包	糙米漿	五穀飯	黑胡椒豬柳	客家小炒	有機蔬菜	南瓜排骨湯	當季水果	什錦烏龍麵		4.5	4.0	0.7	1.0	1.5		759
7	鮮蔬細粉湯		燕麥飯	迷迭香燉雞	甜豆炒花椰	有機蔬菜	山藥排骨湯	當季水果	芝麻小湯圓		4.5	2.8	0.9	1.0	1.5		678
10	蟹黃燒賣	牛奶	小米飯	蒜泥白肉	培根玉米滑蛋	有機蔬菜	海帶結排骨湯	當季水果	關東煮		4.5	4.0	0.8	1.0	1.5	1.0	885
11	吻魚瘦肉粥		燕麥飯	蔥燒雞腿	酸菜炒麵腸	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	當季水果	雞絲麵		4.5	3.8	0.9	1.0	1.5		748
12	肉絲湯麵		糙米飯	梅干扣肉	滷白菜	有機蔬菜	蓮藕排骨湯	當季水果	切達起司條	鮮奶	4.5	2.7	1.2	1.0	1.5	1.0	792
13	南瓜濃湯		五穀飯	三杯雞	菇燒烤麩	有機蔬菜	虱目魚丸湯	當季水果	肉羹麵線		4.5	3.2	0.9	1.0	1.5		700
14	生日蛋糕	洛神花茶	紫米飯	清蒸鯛魚	蔥燒肉片	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	當季水果	香菇米苔目		5.0	3.5	1	1.0	2.0		786
17	玉米麥片	牛奶	小米飯	鹹蛋蒸肉	五彩干絲	有機蔬菜	綜合火鍋湯	當季水果	高麗菜包	黑芝麻豆奶	4.5	3.7	0.9	1.0	1.5	1.0	861
18	鮮肉雲吞		刈包	五花肉	蔥花蛋	有機蔬菜	大黃瓜丸子湯	當季水果	皮蛋瘦肉粥		4.5	3.7	0.8	1.0	1.5		743
19	茶葉蛋	薏仁漿	糙米飯	山藥鮮蔬炒雞	醬燒豆腸	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	當季水果	義式乳酪脆腸	鮮奶	4.5	3.6	0.6	1.0	2.0	1.0	869
20	翡翠豆腐羹		PIZZA	總匯PIZZA	香酥雞塊	有機蔬菜	玉米濃湯	當季水果	鮮筍肉末粥		4.5	2.2	0.6	1.0	1.5		619

1/20結業式全天，2/11開學日

本園肉類食材一律使用國產豬、牛肉，向合約廠商純美農產供應商採購

營養師：

營養師李錦惠

保育組長：

保育組長高美芳

園主任：

幼兒園主任何敏菁

校/園長：

校長徐韶佑