

桃園市私立明新幼兒園—113學年度八月份餐點表

日期				8/1(四)	8/2(五)	每日 食物 營養 份量	日期	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	水果	熱量
早餐				切仔麵	皮蛋瘦肉粥		8/1	7.0	0	2.2	3.1	1	1080
午餐				瓜仔肉 洋蔥炒蛋 時令青菜 湯品+水果	親子丼 湯品+水果		8/2	5.5	0.2	0.5	3.4	1	801
下午點心				地瓜甜湯	馬鈴薯濃湯								
日期	8/5(一)	8/6(二)	8/7(三)	8/8(四)	8/9(五)	每日 食物 營養 份量	日期	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	水果	熱量
早餐	蔬菜麵線	芹香肉末粥	黑糖饅頭 +豆漿	陽春麵	吻仔魚粥		8/5	7.7	0	2.4	2.8	1	1049
午餐	梅干燉肉 豆腐燴三鮮 時令青菜 湯品+水果	日式燒肉片 枸杞蒸蛋 時令青菜 湯品+水果	南瓜燒雞 滷花枝丸 時令青菜 湯品+水果	蔥爆豬柳 玉米炒蛋 時令青菜 湯品+水果	紅燒豬肉 燴飯 湯品+水果		8/6	7.4	0	1.5	2.8	1	1051
							8/7	6.7	0	1.45	3.1	1	1025
							8/8	7.9	0.1	1.7	2.1	1	1053
下午點心	湯餃	綠豆湯	檸檬山粉圓	蘋果麵包 +牛奶	蘿蔔糕湯	8/9	9	0	1.3	1.6	1	953	

日期	8/12(一)	8/13(二)	8/14(三)	8/15(四)	8/16(五)	每日 食物 營養 份量	日期	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	水果	熱量
早餐	肉羹麵	貢丸米粉	香菇肉絲麵	奶油餐包 +牛奶	菜脯排骨粥		8/12	7.9	0	1.9	5.2	1	1354.0
午餐	五香肉末 涼拌豆腐絲 時令青菜 湯品+水果	土魷魚塊 魚板蒸蛋 時令青菜 湯品+水果	玉米菇菇雞 香炒甜不辣 時令青菜 湯品+水果	冬瓜蒸肉 菜脯蛋 時令青菜 湯品+水果	水餃 湯品+水果		8/13	7.6	0.5	1.4	1.9	1	1091.4
							8/14	10.1	0	0.5	0.7	1	1214.6
							8/15	6.1	0	1.8	1.8	1	951.8
下午點心	絲瓜麵線	牛奶穀片	紅豆QQ	什錦肉羹湯	冬瓜粉圓		8/16	3.9	0	0.6	2	1	588
日期	8/19(一)	8/20(二)	8/21(三)	8/22(四)	8/23(五)	每日 食物 營養 份量	日期	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	水果	熱量
早餐	蔬菜拉麵	地瓜粥	養生饅頭 +豆漿	香蕉蛋糕 +牛奶	滑蛋銀魚粥		8/19						
午餐	洋蔥肉燥 紅燒豆腐 時令青菜 湯品+水果	炸醬炒豆干 日式茶碗蒸 時令青菜 湯品+水果	海結燒雞 螞蟻上樹 時令青菜 湯品+水果	洋蔥肉燥 玉米炒蛋 時令青菜 湯品+水果	什錦炒麵 湯品+水果		8/20						
							8/21						
							8/22						
下午點心	蓮子枸杞粥	蔬菜冬粉湯	麵線糊	薑汁豆花	虱目魚丸 冬粉	8/23							

日期	8/26(一)	8/27(二)	8/28(三)	8/29(四)	8/30(五)	每日 食物 營養 份量	日期	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	水果	熱量	
早餐	雞蛋細麵	香菇肉絲 冬粉	擔擔麵	果醬吐司 +牛奶	高麗菜鹹粥		8/26							
午餐	梅干肉燥 滷豆干 時令青菜 湯品+水果	香菇肉燥 蒸蛋 時令青菜 湯品+水果	馬鈴薯雞丁 塔香海蓉 時令青菜 湯品+水果	瓜仔肉 三色豆炒蛋 時令青菜 湯品+水果	南洋咖哩 湯品+水果		8/27							
							8/28							
							8/29							
下午點心	魚丸米粉	薏仁麥片粥	南洋西米露	玉米濃湯	仙草蜜		8/30							
本校使用國產豬肉														