

桃園市立新屋幼兒園108年5月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐					下午點心	水果	份數						
			主食	主菜	副菜	青菜	湯			熱量	五穀根莖	蛋豆魚	蔬菜類	水果類	油脂類	奶類
1	三	優酪乳+吐司	乾麵套餐	肉燥乾麵	滷味拼盤	時蔬	大瓜貢丸湯	山藥雞肉粥	水果	704	5.0	2.1	1.2	0.6	2.0	0.5
2	四	鮮奶+芋頭糕	雜糧飯	咖哩百頁	紅蘿蔔炒蛋	時蔬	養生青木瓜湯	紅豆珍珠圓	水果	881	5.2	2.7	1.2	0.6	2.0	0.5
3	五	燕麥雞蓉粥	白米飯	清蒸白旗片	馬鈴薯燒肉末	時蔬	什錦蔬菜湯	茶葉蛋	水果	778	5.4	3.9	1.2	0.6	2.0	0.0
6	一	紅豆包	白米飯	海芽燒肉	洋蔥炒甜不辣	時蔬	南瓜濃湯	蘿蔔糕湯	水果	860	6.8	2.2	1.7	0.6	2.0	0.0
7	二	鮮奶+燒賣	地瓜飯	豉汁蒸雞	麻婆豆腐	時蔬	冬瓜排骨湯	吻魚肉末粥	水果	767	4.6	3.0	1.1	0.6	2.0	0.6
8	三	優酪乳+醬燒包子	炊飯套餐	四季炊飯	涼拌豆干	時蔬	蕃茄蛋花湯	什錦湯餃	水果	814	5.3	2.2	1.5	0.6	2.0	0.5
9	四	鮮奶+小饅頭	糙米飯	三杯豆腐	洋蔥炒蛋	時蔬	牛蒡湯	綠豆薏仁湯	水果	712	5.8	1.4	1.2	0.6	2.4	0.5
10	五	肉包	白米飯	醬燒柳葉魚	白菜滷	時蔬	鮮菇湯	馬來糕	水果	846	6.9	1.8	1.4	0.6	2.0	0.0
13	一	三明治	白米飯	酸甜雞丁	滷杏鮑菇	時蔬	海芽蛋花湯	客家板條湯	水果	769	6.1	2.9	1.7	0.6	2.0	0.0
14	二	鮮奶+芋泥包	紫米飯	五香扣肉	絲瓜麵線	時蔬	白菜金針湯	關東煮	水果	910	4.5	2.9	2.0	0.6	2.0	0.5
15	三	優酪乳+湯包	炒麵套餐	鮮蔬肉絲炒麵	炒高麗菜		山藥排骨湯	芋頭蝦米粥	水果	757	5.6	2.3	1.3	0.6	0.5	2.0
16	四	鮮奶+黑糖饅頭	小米飯	茄汁豆包	日式蒸蛋	時蔬	洋蔥豆腐湯	地瓜甜湯	水果	823	5.3	2.8	1.2	0.6	3.3	0.5
17	五	紫菜吻魚粥	白米飯	芹炒魷魚	豆干小炒	時蔬	胡瓜排骨湯	奶酪	水果	708	5.3	2.4	1.4	0.6	2.0	0.0
20	一	豆漿+珍珠丸子	白米飯	香菇肉燥	五彩蝦仁	時蔬	蘿蔔味噌湯	肉絲冬粉湯	水果	727	5.1	2.8	1.8	0.6	2.0	0.0
21	二	鮮奶+奶黃包	薏仁飯	蜜汁雞腿	芝麻海帶芽	時蔬	絲瓜蛋花湯	家常麵疙瘩	水果	815	5.4	2.9	1.4	0.6	2.0	0.5
22	三	優酪乳+小肉包	咖哩套餐	咖哩雞肉飯	洋蔥炒黑輪	時蔬	肉羹湯	香菇瘦肉粥	水果	792	5.6	3.0	1.2	0.6	2.0	0.5
23	四	鮮奶+白吐司	胚芽飯	香滷黑豆干	蕃茄炒蛋	時蔬	玉米濃湯	燒仙草	水果	767	4.8	2.0	1.2	0.6	2.0	0.5
24	五	高麗菜包	白米飯	蔥爆魚丁	什錦燴菇	時蔬	雙色蘿蔔湯	牛角麵包	水果	757	6.5	2.3	1.9	0.6	2.0	0.0
27	一	菜肉包	白米飯	冬瓜燒雞	什錦豆皮	時蔬	西芹魚丸湯	赤肉羹麵線	水果	877	7.0	2.9	1.8	0.6	2.0	0.0
28	二	鮮奶+花捲	燕麥飯	手工肉丸子	炆煮南瓜	時蔬	蕃茄豆腐湯	蒸地瓜	水果	786	5.2	3.1	1.2	0.6	2.0	0.5
29	三	優酪乳+蒸玉米條	湯麵套餐	日式烏龍湯麵	味噌蘿蔔煮	時蔬	關東煮	海鮮粥	水果	854	5.5	3.5	1.3	0.6	2.0	0.5
30	四	鮮奶+蘿蔔糕	雜糧飯	醬燒麵腸	馬鈴薯烘蛋	時蔬	黃瓜鮑菇湯	紫米麥片湯	水果	799	5.5	1.6	1.3	0.6	2.0	0.5
31	五	木耳肉絲粥	白米飯	樹子蒸魚	蒜香胡瓜	時蔬	刈薯排骨湯	茶葉蛋	水果	752	4.4	3.3	1.7	0.6	2.0	0.0



