

桃園市立新屋幼兒園109年7月份菜單

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	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類	油脂與堅果種子類	乳品類
1	三	優酪乳+豆沙包	炒飯套餐	鯖魚炒飯	肉末高麗菜		香菇雞湯	鮮蔬螺旋麵	水果	790	4.8	2.9	1.3	0.6	2.0	0.5
2	四	鮮奶+吐司	糙米飯	蕃茄豆腐	玉米蒸蛋	時蔬	白菜羹	芋香西米露	水果	826	5.8	2.0	1.1	0.6	2.0	0.5
3	五	香菇肉末粥	白米飯	樹子蒸魚	魚香茄子	時蔬	金瓜排骨湯	馬來糕	水果	835	8.1	3.3	1.3	0.6	2.0	0.0
6	一	菜肉包	白米飯	茄汁雞柳	蒜香冬瓜	時蔬	洋芋排骨湯	青菜麵線	水果	874	5.5	2.5	1.8	0.6	2.0	0.0
7	二	鮮奶+白饅頭	紫米飯	蔥爆豬肉	蛋酥白菜	時蔬	枸杞山藥湯	鮭魚羹湯	水果	799	3.6	1.9	1.8	0.6	2.0	0.5
8	三	優酪乳+銀絲卷	義麵套餐	肉醬義大利麵	鮮菇花椰菜	時蔬	羅宋湯	南瓜雞茸粥	水果	721	4.6	1.5	1.8	0.6	2.0	0.5
9	四	鮮奶+地瓜包	小米飯	鮑菇燒麵輪	蔥花蛋	時蔬	酸辣湯	紅豆燕麥湯	水果	890	4.5	2.1	1.1	0.6	2	0.5
10	五	吻魚蔬菜粥	白米飯	香煎鯛魚排	家常豆腐	時蔬	海結排骨湯	中華豆花	水果	733	5.8	3	1	0.6	2	0
13	一	米漿+小饅頭	白米飯	蕃茄燉肉	螞蟻上樹	時蔬	銀芽排骨湯	米苔目湯	水果	886	5.8	2.0	1.7	0.6	3.4	0.0
14	二	鮮奶+西谷米	薏仁飯	紅燒雞	芹炒貢片	時蔬	大黃瓜排骨湯	台南意麵	水果	782	5.1	2.5	2.1	0.6	2	0.6

