

臺中市北屯區僑孝國小附設幼兒園3月點心總表

		日期	星期	點心	全穀雜糧類	油脂及堅果種子類	蔬菜類	乳品類	水果類	豆魚蛋肉類	熱量
第四週	上午點心	3月4日	星期一	玉米脆片+鮮奶	0.5	0.0	0.0	0.6	0.0	0.0	128.8
	下午點心			味噌湯麵+水果	1.5	0.2	0.5	0.0	0.4	0.5	178.0
	上午點心	3月5日	星期二	蔬菜麥片粥	1.5	0.1	0.5	0.0	0.0	0.5	149.5
	下午點心			綠豆薏仁湯	2.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	154.0
	上午點心	3月6日	星期三	香菇雞湯冬粉	1.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	119.0
	下午點心			燒賣+水果	1.5	0.2	0.1	0.0	0.3	0.8	178.5
	上午點心	3月7日	星期四	日式烏龍麵	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			蕃茄麵疙瘩+水果	1.5	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	184.0
	上午點心	3月8日	星期五	保久乳	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	120.0
	下午點心			慶生喜兔包+水果	2.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	170.0
第五週	上午點心	3月11日	星期一	玉米脆片+鮮奶	0.5	0.0	0.0	0.6	0.0	0.0	128.8
	下午點心			咖哩湯麵+水果	1.5	0.2	0.5	0.0	0.2	0.5	166.0
	上午點心	3月12日	星期二	廣東粥	1.2	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	133.0
	下午點心			紅豆紫米湯	2.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	154.0
	上午點心	3月13日	星期三	鮮蔬雞絲麵	1.2	0.2	0.5	0.0	0.0	0.6	138.5
	下午點心			鍋貼+水果	1.0	0.1	0.5	0.0	0.8	0.5	162.5
	上午點心	3月14日	星期四	玉米濃湯餃	1.5	0.1	0.5	0.2	0.0	0.5	179.5
	下午點心			鮮肉雲吞湯+水果	1.2	0.1	0.5	0.0	0.5	0.7	169.5
	上午點心	3月15日	星期五	什錦冬粉	1.0	0.3	0.5	0.0	0.0	0.6	129.0
	下午點心			黑糖小饅頭+水果	1.2	0.2	0.5	0.0	0.8	0.5	178.6
第六週	上午點心	3月18日	星期一	玉米脆片+鮮奶	0.5	0.0	0.0	0.6	0.0	0.0	128.8
	下午點心			肉羹麵+水果	1.5	0.2	0.5	0.0	0.6	0.5	190.0
	上午點心	3月19日	星期二	南瓜肉茸粥	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			綠豆地瓜湯	2.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	154.0
	上午點心	3月20日	星期三	鮮蔬粿仔條湯	2.0	0.3	0.5	0.0	0.0	0.5	193.5
	下午點心			珍珠丸+水果	1.5	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	182.8
	上午點心	3月21日	星期四	馬鈴薯鍋	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			肉燥米粉湯+水果	1.0	0.4	0.5	0.0	0.5	0.7	169.0
	上午點心	3月22日	星期五	什錦意麵	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			紅豆包子+水果	1.5	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	117.0
第七週	上午點心	3月25日	星期一	玉米脆片+鮮奶	0.5	0.0	0.0	0.6	0.0	0.0	128.8
	下午點心			味噌豆腐湯+水果	0.0	0.2	0.5	0.0	0.6	1.0	112.5
	上午點心	3月26日	星期二	玉米瘦肉粥	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			紅豆湯圓	2.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	154.0
	上午點心	3月27日	星期三	南瓜濃湯餃	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			蒸地瓜+水果	2.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	168.8
	上午點心	3月28日	星期四	滑蛋雞絲麵	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			關東煮湯+水果	1.0	0.4	0.5	0.0	0.5	0.7	169.0
	上午點心	3月29日	星期五	當歸麵線	2.0	0.3	0.5	0.0	0.0	0.5	193.5
	下午點心			銀絲卷+水果	1.5	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	117.0

\*本校豬肉使用台灣豬肉\*

