

臺中市北屯區東光暨僑孝國小附設幼兒園9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
第一週	上午點心	月日	星期一								
	下午點心										
	上午點心	月日	星期二								
	下午點心										
	上午點心	月日	星期三								
	下午點心										
第一週	上午點心	8月30日	星期五	什錦湯麵	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	189.0
	下午點心			慶生喜兔包+水果	1.8	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	144.9
第二週	上午點心	9月2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	0.5	0.5	184.0
	上午點心	9月3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	9月4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			關東煮湯+水果	1.5	0.2	0.7	0.0	0.5	0.5	189.0
	上午點心	9月5日	星期四	陽春湯麵	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			粿仔條湯+水果	2.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	170.0
上午點心	9月6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			黃金捲+水果	2.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	170.0	
第三週	上午點心	9月9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	0.5	0.5	184.0
	上午點心	9月10日	星期二	廣東粥	1.0	0.1	0.5	0.0	0.0	0.5	114.5
	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	9月11日	星期三	玉米濃湯餃	1.5	0.1	0.5	0.2	0.0	0.5	179.5
	下午點心			藥膳麵線+水果	1.2	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	163.0
	上午點心	9月12日	星期四	鮮蔬雞絲麵	1.2	0.2	0.5	0.0	0.0	0.6	138.5
	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	9月13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			芝麻包+水果	1.8	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	156.0	
第四週	上午點心	9月16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			南瓜肉茸粥+水果	1.5	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	184.0
	上午點心	9月17日	星期二	中秋節放假							
	下午點心										
	上午點心	9月18日	星期三	肉羹麵	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			蒸地瓜+水果	1.8	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	156.0
	上午點心	9月19日	星期四	鮮蔬麵疙瘩	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			綠豆地瓜湯	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	175.0
上午點心	9月20日	星期五	擔仔湯麵	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0	
下午點心			奶黃包+水果	2.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	170.0	
第五週	上午點心	9月23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			玉米雞茸粥+水果	1.5	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	184.0
	上午點心	9月24日	星期二	客家板條湯麵	1.8	0.1	0.5	0.0	0.0	0.5	170.5
	下午點心			紅豆湯圓	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	175.0
	上午點心	9月25日	星期三	什錦意麵	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			蘿蔔糕+水果	2.5	0.1	0.0	0.0	0.5	0.2	220.5
	上午點心	9月26日	星期四	滑蛋雞絲麵	1.2	0.2	0.5	0.0	0.0	0.6	138.5
	下午點心			水煮甜玉米+水果	1.8	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	156.0
上午點心	9月27日	星期五	馬鈴薯鍋	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0	
下午點心			黑糖小饅頭+水果	1.8	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	156.0	

\*本校豬肉使用台灣豬肉\*

