

臺中市北屯區東光暨僑孝國小附設幼兒園10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
第六週	上午點心	9月30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	0.5	1.0	106.5
	上午點心	10月1日	星期二	芋香鹹粥	2.0	0.3	0.5	0.0	0.0	0.5	193.5
	下午點心			紅豆紫米湯	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	175.0
	上午點心	10月2日	星期三	魷魚羹麵	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	189.0
	下午點心			水煎包+水果	2.5	0.2	0.2	0.0	0.5	0.5	246.5
	上午點心	10月3日	星期四	馬鈴薯鍋	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	189.0
	下午點心			肉燥冬粉湯+水果	1.0	0.3	0.5	0.0	0.5	0.7	164.5
	上午點心	10月4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	2.5	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	205.0
第七週	上午點心	10月7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			什錦湯麵+水果	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	189.0
	上午點心	10月8日	星期二	滑蛋雞絲麵	1.2	0.2	0.5	0.0	0.0	0.6	138.5
	下午點心			綠豆薏仁湯	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	175.0
	上午點心	10月9日	星期三	小籠包	2.5	0.2	0.1	0.0	0.0	0.5	214.0
	下午點心			古早味米粉湯+水果	1.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	149.0
	上午點心	10月10日	星期四	國慶日放假							
	下午點心										
上午點心	10月11日	星期五	咖哩湯麵	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	189.0	
下午點心			金絲捲+水果	2.5	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	205.0	
第八週	上午點心	10月14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	2.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	219.0
	上午點心	10月15日	星期二	玉米鮮肉粥	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	154.0
	下午點心			紅豆地瓜湯	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	175.0
	上午點心	10月16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			蒸地瓜+水果	2.5	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	205.0
	上午點心	10月17日	星期四	絲瓜麵線	2.0	0.3	0.5	0.0	0.0	0.5	193.5
	下午點心			鍋燒意麵+水果	2.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	219.0
上午點心	10月18日	星期五	鮮肉雲吞湯	1.5	0.1	0.5	0.0	0.0	0.7	160.5	
下午點心			芝麻包+水果	2.5	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	205.0	
第九週	上午點心	10月21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			什錦冬粉湯+水果	1.2	0.3	0.5	0.0	0.5	0.5	167.5
	上午點心	10月22日	星期二	虱目魚粥	1.5	0.2	0.5	0.0	0.0	0.6	159.5
	下午點心			桂圓湯圓湯	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	175.0
	上午點心	10月23日	星期三	鮮蔬雞絲麵	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.6	194.5
	下午點心			蘿蔔糕+水果	2.5	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	205.0
	上午點心	10月24日	星期四	擔仔湯麵	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	189.0
	下午點心			珍珠魚丸湯	0.0	0.5	0.8	0.0	0.0	1.2	108.5
上午點心	10月25日	星期五	肉骨茶湯麵	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	189.0	
下午點心			黑糖捲+水果	2.5	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	205.0	
第十週	上午點心	10月28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	2.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	219.0
	上午點心	10月29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			綠豆地瓜圓湯	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	175.0
	上午點心	10月30日	星期三	日式烏龍麵	2.0	0.2	0.5	0.0	0.0	0.5	189.0
	下午點心			燒賣+水果	2.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	217.8
	上午點心	10月31日	星期四	芹香蘿蔔湯	0.8	0.2	0.8	0.0	0.0	0.5	112.5
	下午點心			什錦意麵	2.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.5	217.8
上午點心	11月1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	2.5	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	205.0	

\*本校豬肉使用台灣豬肉\*

