

# 桃園市立大溪幼兒園110學年第二學期餐點預定表(依季節調整)

茂裕商行 營養師:邱于瑄							營養分析							
NO	日期	星期	早點	午點	午餐		全穀根類(份)	蛋豆魚肉類(份)	蔬菜類(份)	油脂堅果類(份)	水果類(份)	乳品類(份)	熱量(大卡)	
40	2022/4/1	五	奶皇包+優酪乳	蒸餃+青菜蛋花湯	糙米飯	醬燒魚丁+糖醋豆包+青菜+結頭大骨湯+水果	5.3	1.4	1.2	1.4	1	0.5	676	
41	2022/4/4	一	兒童節調整放假											
42	2022/4/5	二	清明節調整放假											
43	2022/4/6	三	饅頭+豆漿	慶生蛋糕+麥茶	番茄洋芋燉雞飯	炸山藥捲+青菜+福菜桂竹筍湯+水果	5.3	1.3	1.3	1.5	1	0.5	677.5	
44	2022/4/7	四	鮮肉餛飩湯	八寶粥	炒米粉	焯肉+青菜+瓜仔雞湯+水果	5.3	1.5	1.2	1.6	1		615.5	
45	2022/4/8	五	白土司+果醬+牛奶	日式味噌拉麵	白米飯	蔥燒魚丁+馬鈴薯炒肉絲+肉骨茶湯+青菜+水果	5.3	1.4	1.3	1.5	1	0.5	683	
46	2022/4/11	一	煎餃+紫菜蛋花湯	香菇肉末蔬菜粥	小米飯	青木瓜燉豬肉+紅燒板豆腐+青菜+玉黍蘿蔔湯+水果	5.1	1.5	1.3	1.4	1		595	
47	2022/4/12	二	葡萄吐司+柳丁果汁	米苔目QQ甜湯	蕎麥飯	糖醋豆包+大瓜菇菇+青菜+高麗菜蛋花湯+水果	5.2	1.4	1.4	1.3	1		594.5	
48	2022/4/13	三	銅鑼燒+鮮奶	義式蔬菜濃湯	家常麵疙瘩湯	洋芋雞絲+青菜+水果	5.3	1.4	1.2	1.3	1	0.5	671.5	

# 桃園市立大溪幼兒園110學年第二學期餐點預定表(依季節調整)

茂裕商行 營養師:邱于瑄						營養分析							
NO	日期	星期	早點	午點	午餐		全穀根類(份)	蛋豆魚肉類(份)	蔬菜類(份)	油脂堅果類(份)	水果類(份)	乳品類(份)	熱量(大卡)
49	2022/4/14	四	蒸芋頭糕+麥茶	綠豆薏仁小米粥	夏威夷炒飯	香酥雞塊+青菜+黃豆芽大骨湯+水果	5.3	1.3	1.3	1.6	1		607
50	2022/4/15	五	五穀饅頭+優酪乳	咖哩烏龍麵	紫米飯	清蒸魚片+肉片炒甘藍+三絲羹湯+青菜+水果	5.3	1.3	1.4	1.4	1	0.5	675.5
51	2022/4/18	一	鬆餅+麥茶	榨菜肉絲麵	白米飯	沙茶肉片+金茸燴刺瓜+青菜+山藥大骨湯+水果	5.1	1.2	1.3	1.4	1		578.5
52	2022/4/19	二	冬瓜米苔目	麵線糊	五穀飯	素三杯雞丁+海茸玉米+青菜+冬瓜菇湯+水果	5.1	1.3	1.2	1.5	1		586
53	2022/4/20	三	三色吐司+鮮奶	馬鈴薯雞湯	玉米蛋炒飯	關東煮+青菜+筍片大骨湯+水果	5	1.1	1	1.2	1	0.5	624.5
54	2022/4/21	四	桂冠芋泥包+青菜蛋花湯	紅豆燕麥粥	炒板條	滷雞翅+青菜+海帶大骨湯+水果	5.2	1.1	1.1	1.6	1		584
55	2022/4/22	五	麵包+豆漿	海鮮粥	芝麻飯	糖醋肉+菜脯蛋+青菜+豆腐味噌湯+水果	5	1.2	1.2	1.4	1		569
56	2022/4/25	一	肉絲板條湯	茶葉蛋+麥茶	蕎麥飯	雞肉親子丼+醬拌黑干+青菜+絲瓜蛋花湯+水果	5.2	1.6	1.2	1.3	1		600.5
57	2022/4/26	二	茶碗蒸	芋頭綠豆仁湯	紫米飯	生豆包什錦+大瓜(胡瓜)菇菇+青菜+竹筍(蘿蔔)排骨湯+水果	4.9	1.3	1.4	1.2	1		563.5
58	2022/4/27	三	芝麻包+鮮奶	吻仔魚鹹粥	炒麵	冬瓜醬燒鴨+青菜+柴魚海芽湯+水果	5.1	1.1	1.2	2	1	0.5	672.5

# 桃園市立大溪幼兒園110學年第二學期餐點預定表(依季節調整)

茂裕商行      營養師:邱于瑄						營養分析						
NO	日期	星期	早點	午點	午餐	全穀 根莖 類 (份)	蛋豆 魚肉 類 (份)	蔬 菜 類 (份)	油 脂 堅 果 類 (份)	水 果 類 (份)	乳 品 類 (份)	熱 量(大 卡)
59	2022/4/28	四	什錦丸子 湯	自製豆花	火腿玉米 蛋炒飯  香酥喜相逢+青菜+薑絲 肉絲湯+水果	4.8	1.4	1.1	1.3	1		559
60	2022/4/29	五	白土司+果 醬+優酪乳	冬粉什錦 湯	地瓜飯  紅燒蘿蔔肉丁+韭黃炒蛋 +青菜+三菇湯+水果	5.2	1.2	1.3	1.2	1	0.5	651.5