

# 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)
61	2022/5/2	一	客家麵疙瘩	鮮蔬丸子湯	白米飯	瓜仔絞肉+杏鮑菇肉絲+青菜+蕃茄蛋花湯+水果	5.1	1	1.2	1.3	1		560.5
62	2022/5/3	二	鍋貼+蛋花湯	地瓜芋圓湯	素火腿三色炒飯	香滷什錦+青菜+雙色蘿蔔湯+水果	5.2	1.3	1.3	1.5	1		595.5
63	2022/5/4	三	蒜香麵包+豆漿	慶生蛋糕+麥茶	油飯	滷芋輪+青菜+香菇雞湯+水果	5.2	1.1	1.1	2	1	0.5	677
64	2022/5/5	四	包子+蕃茄蛋花湯	統一布丁	大滷麵	花枝排+青菜+水果	5.1	1.2	1	1.3	1		566.5
65	2022/5/6	五	豆沙包+阿華田	南瓜鹹粥	胚芽飯	蘿蔔燒雞+芹香三絲+青菜+青木瓜大骨湯+水果	5.2	1.6	1.2	1.5	1		609.5
66	2022/5/9	一	什錦菇菇湯餃	雞塊+玉米濃湯	燕麥飯	梅干焗肉+麻婆豆腐+青菜+蔬菜湯+水果	5.3	1.2	1.3	1.6	1		601.5
67	2022/5/10	二	春捲+桂格調味包	紅豆地瓜湯	蕎麥飯	絲瓜滑蛋+飄香滷味+青菜+牛蒡大骨湯+水果	5	1.2	1.2	1.4	1		569
68	2022/5/11	三	餐包+鮮奶	香菇雞湯麵	咖哩雞燴飯	滷蘿蔔貢丸+青菜+蛤仔冬瓜湯+水果	5.2	1.1	1.1	1.4	1	0.5	650
69	2022/5/12	四	廣東粥	中華甜愛玉	酸菜鴨肉冬粉湯	炸豬排+青菜+水果	5.1	1.2	1.2	2	1		603
70	2022/5/13	五	蛋糕+優酪乳	羅宋排骨湯	糙米飯	糖醋雞柳+陰鼓蚵仔+青菜+魚丸湯+水果	5.4	1	1.2	1.5	1	0.5	665.5

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)
71	2022/5/16	一	小米粥	鹹米苔目湯	白米飯	桂竹筍雞丁+番茄炒蛋+青菜+榨菜肉絲湯+水果	5	1.5	1.4	1.4	1		590.5
72	2022/5/17	二	小蛋糕+桂格調味包	油豆腐粉絲	地瓜飯	三杯百頁+炒什錦菇+青菜+大瓜菇湯+水果	5.1	1.4	1.4	1.6	1		601
73	2022/5/18	三	玉米脆片+鮮奶	甜不辣蘿蔔湯	蠔油豬肉燴飯	香腸+青菜+昆布味噌湯+水果	5.1	1.2	1.1	2	1	0.5	675.5
74	2022/5/19	四	小餐包+養樂多	水煮蛋+青菜豆腐湯	海鮮麵	蜜汁翅小腿+青菜+水果	5	1.3	1.1	1.4	1		572
75	2022/5/20	五	葡萄吐司+豆漿	蚵仔麵線	胚芽飯	滷絞肉貢丸+青花菜炒肉絲+青菜+鳳梨雞湯+水果	5.2	1.1	1.3	1.4	1		580
76	2022/5/23	一	雞蛋麵線	古早味鹹粥	白米飯	蔥油雞+香菇冬瓜+青菜+豆腐青菜湯+水果	5.3	1.2	1.5	1.3	1		593
77	2022/5/24	二	米苔目湯	黑糖糕+豆漿	糙米飯	咖哩洋芋+燴油豆腐金針菇+青菜+玉米蛋花湯+水果	5.2	1.3	1.3	1.4	1		591
78	2022/5/25	三	麵包+鮮奶	燒賣+紫菜蛋花湯	鮭魚炒飯	香Q滷蛋+青菜+蓮藕(大瓜)大骨湯+水果	5.3	1.4	1.2	2	1	0.5	703
79	2022/5/26	四	酸辣湯餃	綠豆麥片湯	海芽玉米鮮肉粥	清蒸魚片+青菜+水果	4.8	1.3	1.1	1.3	1		553.5
80	2022/5/27	五	小餐包+優酪乳	肉羹湯	燕麥飯	冬瓜絞肉+桂竹筍炒肉絲+青菜+仿魚味噌湯+水果	5.1	1.5	1.3	1.4	1	0.5	670

