

桃園市龍潭區高原國小附設幼兒園點心表--110—6.7 月份

日期	星期	上午點心	下午點心	全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬菜類	油脂類	水果	奶類	熱量 (kcal)
6/1	二									
6/2	三									
6/3	四									
6/4	五									
6/7	一	疫 情	停 課							
6/8	二									
6/9	三									
6/10	四									
6/11	五									
6/14	一	端午節放假								
6/15	二	餛飩湯+水果	洋蔥豬肉燴飯	1.5	1	0.7	0.8	0.5		263.5
6/16	三	鯖魚蛋餅+午餐飲品+水果	陽春麵	2.1	1.6	0.4	0.8	0.5		343

6/17	四	客家炒板條	竹筴腰果排骨湯+午餐水果	1.8	1.4	0.7	1.2			302.5
6/18	五	波羅麵包+蘋果汁	水果拼盤	3			0.3	1.5		313.5
6/21	一	饅頭夾蔥蛋+豆漿+水果	炒米苔目	3.3	1.7	0.3	1	0.5		441
6/22	二	皮蛋瘦肉粥	味噌豆腐湯+水果	1	1.3	0.3	0.6	0.5		232
6/23	三	鮮蔬烘蛋+午餐飲品+水果	麵線糊	0.7	1	0.8	0.8	0.5		210
6/24	四	叻仔魚蛋炒飯	黑糖豆花+午餐水果	1.1	0.9	0.3	1.3			210.5
6/25	五	雞蛋牛奶雙色捲+優酪乳	水果拼盤	2.3				1	0.4	269
6/28	一	鍋燒意麵	南瓜濃湯+水果	1.6	1.3	0.4	0.6	0.5		276.5
6/29	二	冰烤蕃薯+鮮奶+水果	廣東粥	3.1	0.9	0.1	0.3	0.5	0.4	378.5
6/30	三	醬燒小肉包+午餐飲品	芋頭椰奶西米露+水果	1.5	1		0.5	0.5		232.5
7/1	四	肉羹飯	馬鈴薯煎餅+午餐水果	3.2	1.1	0.7	1			369
7/2	五	奶香貝殼麵	水果拼盤	1.9	0.5	0.3	0.5	1		260.5

◎為顧及幼兒身體健康，餐點皆由外包廠商營養師配膳供應。 ◎每日皆供應水果。 ◎本校膳食一律採用國產豬肉、牛肉

◎水果、蔬菜視季節調整變化。 ◎幼兒對某種食物有特殊禁忌或要求者，請事先知會老師



桃園市龍潭區高原國小附設幼兒園午餐表—110—6.7 月份

日期	星期	午餐菜單						全穀 雜糧 類	豆魚 蛋肉 類	蔬菜 類	油脂 類	水果	奶類	熱量 (kcal)
6/1	二													
6/2	三													
6/3	四													
6/4	五													
6/7	一	疫 情 停 課												
6/8	二													
6/9	三													
6/10	四													
6/11	五													
6/14	一	端午節放假												
6/15	二	糙米飯	酸菜鴨	茶碗蒸	有機小松菜	青木瓜枸杞湯		4.5	2.5	2.3	2.5			672.5
6/16	三	特餐	肉羹燴飯	紅燒什錦(加菜)	炒時蔬	酸辣湯	優酪乳	4.5	2.5	1.8	2.8		1	763.5

6/17	四	糙米飯	獵人雞丁	西芹干片	有機優愛菜	金菇白菜湯	水果	4.5	2.5	2	3	1		747.5
6/18	五	蕎麥飯	骰子豬	虎皮銀芽	有機千寶菜	蕃茄蛋花湯		4.5	2.5	2.5	3			700
6/21	一	胚芽飯	老皮嫩肉	絲瓜滑蛋	產銷履歷蔬菜	決明子山粉圓		4.5	2.3	2	3.3			686
6/22	二	糙米飯	蔥爆雞丁	田園四色	有機黑葉白菜	金菇什錦湯		5	1.8	2	3			670
6/23	三	特餐	粉紅醬義大利麵	滷雞腿(加菜)	雙色花椰	玉米濃湯	鮮奶	4.8	3	1.5	3		1	823.5
6/24	四	糙米飯	蒙古肉片	蜜汁炒年糕	有機空心菜	牛蒡養生湯	水果	5.3	1.8	1.5	3	1		738.5
6/25	五	薏仁飯	雞肉菇菇壽喜燒	蠔油粉絲	有機青油菜	蘿蔔魚丸湯		5	2.3	2	3			707.5
6/28	一	燕麥飯	日式唐揚雞	開陽扁蒲	產銷履歷蔬菜	珍珠奶茶		4.8	1.8	2	3.3		0.2	687.5
6/29	二	糙米飯	紅燒魚丁	培根洋蔥炒蛋	有機荷葉白菜	蓮藕排骨湯		4.8	2.8	1.3	3.4			731.5
6/30	三	特餐	大滷麵	炸豬排(加菜)	脆炒高麗菜	漢堡包	優酪乳	5.5	3	1.5	3.3		1	886
7/1	四	糙米飯	筍干扣肉	五彩鮮菇	有機青油菜	香香玉米湯	水果	4.8	1.8	2.2	3	1		721
7/2	五	芝麻飯	沙嗲雞丁	蘿蔔燒麵輪	有機塔菇菜	味噌豆腐湯		4.5	2.8	1.5	3.4			715.5

◎本校膳食一律採用國產豬肉、牛肉

