

高原國小附設幼兒園 112 學年度第一學期 10 月點心表

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)
10/2	一	芋頭糕湯	客家炒粿條+水果	2.7	0.4	0.3	0.6	1		314
10/3	二	馬鈴薯烘蛋	黑糖珍珠鮮奶+水果	2.1	1.2	0.2	0.7	1		334
10/4	三	豆沙包+午餐飲品	麻油麵線+水果	2.5			0.9	1		276
10/5	四	叻仔魚粥	豆腐味噌湯	2.4	1	0.4	0.6			280
10/6	五	慶生蛋糕+鮮奶	水果拼盤+綜合堅果	2			0.9	1	0.4	301
10/9	一	國慶日								
10/10	二									
10/11	三	起司蛋餅+午餐飲品	米粉湯+水果	2	1.5	0.5	0.8	1		361
10/12	四	香菇燒賣+米漿	地瓜甜湯	2.6	1.6	0.2	0.7			339
10/13	五	海鮮粥	愛心牛奶球+小寶吉	2.3	1.4	0.5	0.6			306
10/16	一	炒麵疙瘩	南瓜濃湯+水果	2.4	0.6		0.8	1		309
10/17	二	酸辣湯餃	玉米濃湯+水果	2.3	0.4	0.3	0.8	1		295
10/18	三	海鮮煎餅+午餐飲品	炸醬麵+水果	1.8	0.6	0.2	0.9	1		277

10/19	四	海帶結排骨湯	翡翠蛋炒飯	2.6	1.7	1.3	0.7			318
10/20	五	皮蛋瘦肉粥	水果拼盤+綜合堅果	1.8	0.9	0.3	0.8	1		297
10/23	一	蘿蔔糕+麥茶	豆皮絞肉冬粉+水果	2.9	1.3	0.3	0.7	1		400
10/24	二	大滷湯麵	玉米排骨湯+水果	2	1.6	0.3	0.6	1		355
10/25	三	草莓土司+午餐飲品	玉米粥+水果	3	0.5	0.4	0.6	1		345
10/26	四	義式野菇燉飯	奶香貝殼麵	2.3	0.6	0.4	0.8			252
10/27	五	杯子蛋糕+小寶吉	水果拼盤+綜合堅果	2.8			0.9	1		297
10/30	一	香菇雞湯	蓮藕排骨湯+水果	2.3	1.6		0.6	1		368
10/31	二	蔥抓餅+豆漿	關東煮+水果	2.7	1	0.3	0.7	1		363

◎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

