

13	一	早點	水餃	水餃	1.3	0.0	0.6	0.2	0.0	0.9	178	384	
			蛋花湯	雞蛋0.3顆油蔥酥少許	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2	14		
		午點	奶香蔬菜通心麵濃湯	通心麵25g、奶粉3g、雞蛋1/4顆、高麗菜30、洋蔥10、玉米5及馬鈴薯10	1.4	0.1	0.3	0.3	0.0	0.5	163		
			水果	水果0.5份	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	30		
14	二	早點	蔥抓餅	蔥抓餅50	1.7	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	164		428
			冬瓜茶	冬瓜塊10	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	42		
		午點	飯糰	米25蛋0.5顆肉鬆10芝麻少許	1.6	0.0	1.0	0.0	0.0	0.5	210		
			紫菜豆腐湯	豆腐20紫菜少許胡椒	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	12		
15	三	早點	芋泥包	芋泥包40	1.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	105	365	
			低糖豆漿	豆漿120糖4	0.2	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	59		
		午點	匏瓜香菇肉粥	米20匏瓜80肉絲15香菇少許	1.0	0.0	0.4	0.0	0.8	0.5	171		
			水果	水果0.5份	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	30		
16	四	早點	葡萄乾吐司	葡萄乾吐司30公克	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	70		315
			鮮奶	鮮奶 120	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	60		
		午點	蔬菜雞蛋意麵	意麵30雞蛋半顆蔬菜50	1.5	0.0	0.6	0.5	0.0	0.5	185		
17	五	早點	筍香肉包	筍香肉包40g	0.9	0.0	0.4	0.1	0.0	0.6	123	209	
			枸杞茶	枸杞少許糖4	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14		
		午點	水果三樣	水果1.2份	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.0	72		
											0		
20	一	早點	蒸蘿蔔糕	蘿蔔糕75	1.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	105		347
			低糖豆漿	豆漿120糖4	0.2	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	59		
		午點	味噌湯麵	乾麵條25蔬菜50肉15蔥1味噌少許	1.3	0.0	0.4	0.5	0.0	0.5	153		
			水果	水果0.5份	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	30		
21	二	早點	水煮蛋	雞蛋1個	0.0	0.0	1.1	0.0	0.0	0.0	83	272	
			田園蔬菜湯	高麗菜50金針菇10	0.0	0.0	0.0	0.6	0.0	0.2	24		
		午點	蒸地瓜	地瓜82	1.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	105		
			鮮奶	鮮奶 120	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	60		
22	三	早點	肉片三明治	吐司1片肉片15	1.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.5	123		353
			桂圓紅棗茶	桂圓紅棗少許糖4	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14		
		午點	肉燥南瓜米粉	米粉30南瓜25絞肉20	1.8	0.0	0.5	0.0	0.0	0.5	186		
			水果	水果0.5份	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	30		

23	四	早點	芝麻包	芝麻包40g	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	102	328
			低糖豆漿	豆漿120糖4	0.2	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	59	
		午點	雞茸三色粥	玉米紅蘿蔔青豆仁13.5米28雞柳肉15紅蔥頭少許	1.5	0.0	0.5	0.1	0	0.5	168	
24	五	早點	麻油麵線	乾麵線30麻油5	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	115	227
			蔬菜蛋花湯	蔬菜50蛋0.25油蔥少許	0.0	0.0	0.3	0.5	0.0	0.2	40	
		午點	水果三樣	水果1.2份	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.0	72	
27	一	早點	小饅頭夾蛋	小饅頭1個雞蛋0.5顆	1.2	0.0	0.6	0.0	0.0	0.5	152	386
			低糖豆漿	豆漿120糖4	0.2	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	59	
		午點	匏瓜香菇魚乾粥	米25匏瓜50小魚干10香菇.蔥少許	1.3	0.0	0.3	0.5	0.0	0.5	145	
			水果	水果0.5份	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	30	
28	二	早點	洋蔥肉餅	麵粉30絞肉10洋蔥50	1.5	0.0	0.3	0.5	0.0	0.7	172	351
			洛神花茶	乾洛神花茶酸梅少許糖4	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14	
		午點	榨菜肉絲湯麵	乾麵條30榨菜30肉絲15香油少許	1.5	0.0	0.4	0.3	0.0	0.5	165	
29	三	早點	吐司夾蔥花蛋	吐司1片蛋半顆蔥少許	1.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.5	130	357
			檸檬水果飲	新鮮檸檬少許糖4	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14	
		午點	翡翠雲吞湯	雲吞70(小7顆)綠色蔬菜50	1.1	0.0	0.6	0.5	0.0	1.0	183	
			水果	水果0.5份	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	30	
30	四	早點	銀絲卷	銀絲卷1個35公克	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	84	293
			鮮奶	鮮奶 120	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	60	
		午點	鹹米苔目	米苔目60肉絲15蔬菜50紅蔥酥少許	1.2	0.0	0.4	0.5	0.0	0.5	149	
幼兒園餐點營養基準的食物份量建議分配					2	0.5	0.5	0.5	1	0.5	333	

※本園一律使用國產豬肉食材