

## 瑞原國小附設幼兒園 112 學年第 1 學期幼兒午餐表(第三週)

		9 月 11 日(星期一)	9 月 12 日(星期二)	9 月 13 日(星期三)
<b>主食</b>		香Q白米飯	糙米飯	米食
<b>菜名</b>		茄汁豆包	蔥爆魷魚圈	芋頭鹹粥
		日式蒸蛋	開陽扁蒲	滷味拼盤
		產銷履歷青菜	有機蔬菜	時節鵝白
		九份芋圓湯	蓮藕湯	蒸高麗菜包
			蘋果	黃豆奶
<b>營養</b>		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量
		5.0 2.8 1.5 2.2 697	5.2 2.4 1.7 1.0 2.4 755	5.7 2.2 1.5 2.3 706

		9 月 14 日(星期四)	9 月 15 日(星期五)
<b>主食</b>		糙米飯	紅小麥飯
<b>菜名</b>		家鄉雞丁	麻油山藥肉片
		雙色豆丁	玉米海茸
		有機青松	有機青江
		絲瓜針菇	金針排骨湯
		水梨	
<b>營養</b>		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量
		5.2 3.2 1.6 1.0 3.0 839	5.3 2.1 1.5 2.4 675