

瑞原國小附設幼兒園 112 學年第 1 學期幼兒午餐表(第五週)

9 月 25 日(星期一)		9 月 26 日(星期二)		9 月 27 日(星期三)	
主食	香Q白米飯	糙米飯	米食		
菜名	鹹水什錦	豆瓣烏魚片	玉米瘦肉粥		
	蕃茄炒蛋	奶油杏鮑菇	蘿蔔燒肉		
	產銷履歷黑葉白菜	有機青油	時節青江		
	紅豆湯	扁蒲大骨湯	芋泥包		
		百香果	黃豆奶正康		
營養	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		
	5.6 1.9 1.6 2.4 683	5.3 3.1 1.8 1.0 3.0 844	5.5 2.3 1.5 2.6 713		

9 月 28 日(星期四)		9 月 29 日(星期五)	
主食	糙米飯	中秋節	
菜名	白菜鮮菇燒雞		
	麻油豆腐		
	有機小松		
	黃瓜湯		
	芭樂		
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量		
	5.2 2.5 1.7 1.0 2.5 768		