

瑞原國小附設幼兒園 112 學年第 1 學期幼兒午餐表(第八週)

10 月 16 日(星期一)		10 月 17 日(星期二)		10 月 18 日(星期三)	
主食	香 Q 白米飯		糙米飯		麵食
菜名	醬燒豆腸		鹽酥魚丁		日式炒烏龍麵
	海苔蒸蛋		白菜滷		滷雞排
	產銷履歷蔬菜		有機廣島		有機小芥
	綠豆 QQ 湯		山藥湯		魚丸湯
			西洋梨		優酪乳
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 鮮奶 油脂 熱量
	5.6 2.8 1.5 2.2 739		5.5 2.6 1.5 1.0 2.5 791		5.0 3.0 1.5 1.0 2.5 846

10 月 19 日(星期四)		10 月 20 日(星期五)	
主食	糙米飯		黑芝麻飯
菜名	糖醋柳豬		味噌雞丁
	小瓜什錦		麻婆豆腐
	有機小白		有機小松
	海芽湯		冬瓜湯
	水梨		
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
	5.2 2.3 1.7 1.0 2.4 748		5.1 3.0 1.6 2.6 739