

瑞原國小附設幼兒園 112 學年第 1 學期幼兒午餐表(第十一週)

11 月 6 日(星期一)		11 月 7 日(星期二)		11 月 8 日(星期三)	
主 食	香 Q 白米飯	糙米飯		米食	
菜 名	酸菜素雞	香酥鯖魚		台式鹹粥	
	洋蔥炒蛋	銀芽三絲		滷味拼盤	
	產銷履歷青菜	有機千寶		時節油菜	
	紅豆 QQ 湯	味噌金菇湯		芝麻包	
		柳橙		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	
	6.0 2.5 1.5 2.4 754	5.3 3.2 1.6 1.0 3.0 846		5.5 3.0 1.5 2.2 747	

11 月 9 日(星期四)		11 月 10 日(星期五)	
主 食	糙米飯	燕麥飯	
菜 名	照燒雞丁	瓜仔肉	
	六味豆腐	黃瓜麵筋	
	有機小白	有機山菠	
	金針湯	大滷湯	
	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 2.6 1.6 1.0 2.4 767	5.4 2.7 1.7 2.4 732	