

## 瑞原國小附設幼兒園 112 學年第 2 學期幼兒午餐表(第四週)

| 3 月 4 日(星期一) |                     | 3 月 5 日(星期二)            |  | 3 月 6 日(星期三)            |  |
|--------------|---------------------|-------------------------|--|-------------------------|--|
| 主<br>食       | 香 Q 白米飯             | 糙米飯                     |  | 米食                      |  |
| 菜<br>名       | 酸菜麵腸                | 砂鍋魚丁                    |  | 廣東粥                     |  |
|              | 玉米蒸蛋                | 泡菜炒年糕                   |  | 鐵板肉片                    |  |
|              | 油菜                  | 有機山萵                    |  | 韭香豆芽                    |  |
|              | 芋香西米露               | 蘿蔔湯                     |  | 蒸芝麻包                    |  |
|              |                     | 香蕉                      |  | 鮮奶                      |  |
| 營<br>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       |  |
|              | 5.5 2.7 1.5 2.2 725 | 5.2 2.5 1.7 1.0 3.0 790 |  | 5.0 2.4 1.5 1.0 2.6 805 |  |

| 3 月 7 日(星期四) |                         | 3 月 8 日(星期五)        |  |
|--------------|-------------------------|---------------------|--|
| 主<br>食       | 糙米飯                     | 紫米飯                 |  |
| 菜<br>名       | 花椰菇雞                    | 紅麴肉排                |  |
|              | 咖哩豆腐                    | 蘿蔔腐竹煲               |  |
|              | 有機小白                    | 有機山萵                |  |
|              | 金針湯                     | 海芽湯                 |  |
|              | 甜桃                      |                     |  |
| 營<br>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 1.5 1.0 2.4 765 | 5.6 2.2 1.6 2.2 696 |  |