

瑞原國小附設幼兒園 112 學年第 2 學期幼兒午餐表(第 12 週)

4 月 29 日(星期一)		4 月 30 日(星期二)		5 月 1 日(星期三)	
主食	香 Q 白米飯	糙米飯		麵食	
菜名	麻醬鮮菇	樹子蒸魚		什錦肉羹麵	
	枸杞蒸蛋	扁蒲寬粉		孜然肉片	
	青松菜	有機黑葉白		大陸 A 菜	
	薏仁蓮子湯	玉米排骨湯		豬肉餡餅	
		茂谷柑		鮮奶	
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 2.1 741	5.2 3.2 1.6 1.0 2.2 803		5.0 3.3 1.5 2.6 753	

5 月 2 日(星期四)		5 月 3 日(星期五)		5 月 4 日(星期六)	
主食	糙米飯	紅扁豆飯		麵食	
菜名	瓜仔雞丁	京醬豬柳		什錦炒米粉	
	鮮菇扒豆腐	白花什錦			
	有機千寶菜	有機青油菜			
	味噌豆腐湯	魚丸湯		福菜肉片湯	
	小番茄				
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	
	5.3 1.9 2.4 1.0 2.4 742	5.3 2.5 1.7 2.5 708		5.9 2.9 0.7 2.0 739	