

瑞原國小附設幼兒園 112 學年第 2 學期幼兒午餐表(第 14 週)

5 月 13 日(星期一)		5 月 14 日(星期二)		5 月 15 日(星期三)	
主食	香 Q 白米飯	糙米飯		戶外教學	
菜名	腰果干丁	香酥鯖魚			
	什錦炒蛋	銀芽三絲			
	高麗菜	有機廣島			
	桂圓紫米露	紫菜薑絲湯			
		香蕉			
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			
	5.3 2.2 1.5 2.5 687	5.2 2.6 1.5 1.0 3.0 792			

5 月 16 日(星期四)		5 月 17 日(星期五)	
主食	糙米飯	紅小麥飯	
菜名	筍干豬腳	咕咾雞丁	
	絲瓜麵線	回鍋干片	
	有機荷葉	有機小芥	
	玉米豬骨湯	山藥排骨湯	
	蘋果		
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	
	5.5 2.0 1.5 1.0 3.0 768	5.4 2.5 1.5 2.7 726	