

瑞原國小附設幼兒園 112 學年第 2 學期幼兒午餐表(第 18 週)

6 月 10 日(星期一)		6 月 11 日(星期二)		6 月 12 日(星期三)	
主 食	端午節	香 Q 白米飯		麵食	
菜 名		香酥虱目魚排		蠔香炒麵	
		金茸粉絲		客家小炒	
		有機青江		莧菜	
		玉米蔬菜湯		木瓜湯	
		蘋果		優酪乳	
營 養	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 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	
		5.1 3.4 1.5 1.0 2.8 836		5.3 2.5 1.5 1.0 3.0 852	

6 月 13 日(星期四)		6 月 14 日(星期五)	
主 食	糙米飯	紫米飯	
菜 名	茶香燉雞	蓮香肉片	
	木須炒蛋	小瓜拌炒素雞	
	有機小松	有機小芥	
	味噌白菜湯	山藥菇菇湯	
	紅肉李		
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 2.4 1.5 1.0 2.2 741	5.4 2.5 1.6 2.1 701	