

瑞原國小附設幼兒園 113 學年第 1 學期幼兒午餐表(第四週)

9 月 16 日(星期一)		9 月 17 日(星期二)		9 月 18 日(星期三)	
主食	香 Q 白米飯		中秋節		麵食
菜名	腰果干丁				茄汁義大利麵
	柴魚蒸蛋				蒸豬肉餡餅
	莧菜				黑葉白菜
	桂圓紫米露				洋芋濃湯
					優酪乳
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量				全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量
	5.2 2.6 1.4 3.0 729				5.5 1.5 1.5 0.7 3.0 755

9 月 19 日(星期四)		9 月 20 日(星期五)	
主食	糙米飯		紅扁豆飯
菜名	麻油雞丁		醬燒豬排
	紅燒凍豆腐		奶油蒜香金菇
	有機油菜		有機小芥
	四神湯		榨菜冬粉湯
	葡萄		
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 2.8 1.4 1.0 2.7 798		5.3 2.5 1.6 2.6 716