

臺北市南港區玉成國小附設幼兒園點心表

2023年10月份

日期	星期	上午點心	全穀根 莖類 (份)	豆魚肉 蛋類 (份)	蔬菜 類 (份)	水果 類 (份)	乳品 (份)	油脂類 (份)	熱量 (大 卡)	下午點心	全穀根 莖類 (份)	豆魚肉 蛋類 (份)	蔬菜類 (份)	水果 類 (份)	乳品 (份)	油脂類 (份)	熱量 (大卡)
2	一	鮮奶饅頭 豆漿	0.8	0.6	0	0	0.3	0.1	162	什錦米苔目	0.6	0.3	0.3	0	0	0.5	115
3	二	玉米肉絲粥	0.8	0.5	0.3	0	0	0.3	135	紅豆紫米粥	1.1	0	0.1	0	0	0	99.5
4	三	大滷麵	0.9	0.4	0.5	0	0	0.5	148	小可頌 鮮奶	0	0	0	0	0.5	0.2	89
5	四	銀芽板條	0.7	0.2	0.2	0	0	0.7	121	栗子地瓜 麥茶	1	0	0	0	0	0	90
6	五	慶生會蛋糕 鮮奶	1	0	0	0	0.5	1	195	大亨堡 豆漿	1	0.4	0	0	0	0.2	129
9	一	國慶日放假															
10	二																
11	三	鮮奶饅頭 豆漿	0.8	0.2	0.6	0	0	0.4	124	營養脆片 鮮奶	0.8	0	0	0	0.8	0.1	177
12	四	黃瓜肉粉絲羹 湯	0.7	0.3	0.5	0	0	0.5	127	地瓜甜湯	1	0	0	0	0	0	90
13	五	大滷麵	0.9	0.6	0.4	0	0	0.5	161	巴布羅 豆漿	0.8	0	0	0	0.5	0.1	141
16	一	起司包 鮮奶	1	0.1	0	0	0.5	0	158	綠豆米薏仁湯	1	0	0	0	0	0	90
17	二	菠菜瘦肉粥	0.8	0.3	0.3	0	0	0.6	133	珍珠丸子 冬瓜茶	1	0.4	0	0	0	0	120
18	三	陽春麵	0.6	0.3	0.4	0	0	0.4	113	小布立 鮮奶	1	0	0	0	0.5	0.1	155
19	四	土魷魚米粉湯	0.7	0.4	0.4	0	0	0.3	123	小籠包 麥茶	0.8	0.2	0.2	0	0	0.1	101
20	五	雞蓉玉米粥	0.8	0.1	0.2	0	0	0.5	111	亞麻子蔓越莓 豆漿	1	0.5	0	0	0	0.2	137
23	一	黑糖饅頭 鮮奶	0.8	0	0	0	1	0	196	錫燒雞絲麵	0.7	0.3	0.4	0	0	0.4	120
24	二	魚片粥	0.6	0.2	0.2	0	0	0.5	105	紫菜餛飩湯	0.6	0.6	0.3	0	0	0.6	142
25	三	蘿蔔糕湯	0.8	0	0.5	0	0	0.4	107	奶油餐包 鮮奶	1	0	0	0	0.5	0.2	159
26	四	日式烏龍麵	0.7	0.4	0.4	0	0	0.4	127	關東煮	0.9	0.3	0.4	0	0	0.4	134
27	五	肉羹麵線	1	0.2	0	0	0	0.3	119	菠蘿麵包 豆漿	1	0.5	0	0	0	0.1	132
30	一	鮮奶饅頭 鮮奶	0.7	0.3	0	0	1	0	212	銀芽板條	0.7	0.2	0.2	0	0	0.7	121
31	二	廣東粥	0.6	0.2	0.4	0	0	0.4	105	珍珠丸子 麥茶	1	0.4	0	0	0	0	120

本園提供的肉品一律使用國產豬。

餐點組：教師李意雯

幼兒園主任：教師兼主任洪詩評

校長：臺北市南港區玉成國民小學 楊火順