本月用餐天數　19

基隆市中華國民小學附設幼兒園　**110學年度寒假幼兒點心食譜設計表**　本週用餐天數　4

日期	星期	主食	菜名	材料	公斤重	材料	公斤重	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	乳品類	蔬菜類	水果類	油脂類	堅果種子類	糖（g）	熱量	備註
2月1日	一	早點	什錦菇菇粥	鴻喜菇 蛋 芹菜 肉末	1盒 2顆 1些 1盒			2.0	0.4	0.0	0.3	0.0	0.0			177.5	
				香菇	5朵												
		午點	油豆腐細粉	肉末 油豆腐 芹菜	1盒 2盒 些許			1.4	0.3	0.0	0.0	1.0	0.0			120.5	水果1種
			水果	水果	20份												
2月2日	二	早點	乾拌麵	乾麵條 蔥末	4包 2根			1.0	1.0	0.0	0.2	0.0	0.0			145.0	
		午點	八寶粥	八寶豆 米	2包			2.0	0.5	0.0	0.0	1.0	0.0			220.0	水果1種
			水果	水果	20												
2月3日	三	早點	什錦肉末粥	高麗菜 肉末	半顆 1盒 些許			2.0	0.5	0.0	0.2	0.0	0.0			182.5	
		午點	芋頭小饅頭＋牛奶	芋頭饅頭 豆漿	20顆 1.5瓶			0.8	0.0	0.5	0.0	1.0	0.0			86.0	水果1種
			水果	水果	20												
2月4日	四	早點	玉米片＋牛奶	玉米片 牛奶	2包 00CC1瓶			1.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0			190.0	
		午點	綠豆薏仁湯	綠豆 薏仁	1斤 1包			1.7	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	10.0		219.0	水果1種
			水果	水果													
2月5日	五	早點	煎蘿蔔糕＋蛋花湯	蘿蔔糕 蛋 蔥末	2條 3各 些許			1.2	0.4	0.0	0.2	0.0	0.0			140.0	
		午點	鮮肉餛飩湯	餛飩 小白菜	4盒 1把			0.0	1.0	0.0	0.2	1.0	0.0			140.0	水果1種
			水果														

基隆市中華國民小學附設幼兒園　**110學年度寒假幼兒點心食譜設計表**　本週用餐天數　4

日期	星期	主食	菜名	材料	公斤重	材料	公斤重	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	乳品類	蔬菜類	水果類	油脂類	堅果種子類	糖（g）	熱量	備註
2月1日	一	中餐	蛋吐司＋玉米	豬肉片 蛋 吐司 玉米罐頭	3盒 1盒 1.5條 1罐			2.0	0.5	0.0	0.0	1.0	0.0			335.0	水果1種
2月2日	二	中餐	咖哩雞肉燈飯＋海帶芽湯	雞肉 馬鈴薯 佛蒙特咖哩 紅蘿蔔 洋蔥	2盒 3顆 1盒 2條 2顆			5.1	1.5	0.0	1.2	1.0	2.5			672.0	水果1種
2月3日	三	中餐	茄麵＋高麗	絞肉 洋蔥 肉絲 高麗菜	1盒 2顆 1盒 分之1顆			1.8	0.6	0.0	0.3	1.0	0.2			187.5	水果1種
月4日	四	中餐	排骨粥＋水	肉末 南瓜 蛋	1盒 1顆 2盒			6.0	1.5	0.0	1.3	1.0	2.5			737.0	水果1種
月5日	五	中餐	三絲丸子拉麵	丸子 高麗菜 木耳 肉絲	2盒 半顆 2朵 1盒			5.0	1.7	0.0	1.3	1.0	2.5			682.5	水果1種
				香菇	5朵												