

基隆市中華國民小學附設幼兒園
110學年度第2學期2月份點心單

日期	星期	早點	午點
2/11	五	燒賣+養生茶	山藥肉片湯+水果
2/14	一	鮮奶脆片	餛飩湯+水果
2/15	二	鍋燒麵	薑汁地瓜湯+水果
2/16	三	小兔包+豆漿(慶生會)	紅豆湯圓+水果
2/17	四	翡翠雞蓉粥	關東煮+水果
2/18	五	芋泥包+黑豆茶	茄汁義大利麵+水果
2/21	一	擔仔麵	味噌豆腐湯+水果
2/22	二	麵線羹	香菇雞湯+水果
2/23	三	饅頭夾蛋+米漿	桂圓紅豆紫米甜湯+水果
2/24	四	山藥瘦肉粥	油腐細粉湯+水果
2/25	五	奶皇包+鮮奶	四神排骨湯+水果
2/28	一	和平紀念日	

早65+1.午64+1

日期	星期	主食	菜		餡		食物份數							備註		
			菜名	材料	公斤重	材料	公斤重	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	低脂乳品類	蔬菜類	水果類	果種子類		油脂與堅糖 (g)	熱量
2月7日	一	早點												0.0		
2月7日	一	午點												0.0		
2月8日	二	早點												0.0		
2月8日	二	午點												0.0		
2月9日	三	早點												0.0		
2月9日	三	午點												0.0		
2月10日	四	早點												0.0		
2月10日	四	午點												0.0		
2月11日	五	早點	燒賣	燒賣	132個											
			養生茶	養生茶包 二砂糖	1包 1				0.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	15.0	135.0
	午點	山藥肉片湯	豬肉片 山藥 枸杞	2.2 1.8 0.1												
		水果	水果	65份				0.3	1.1	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	161.5	水果 1樣
營養標準參照			衛生福利部 國民健康署「幼兒一日飲食建議量」													

早65+1.午64+1

日期	星期	主食	菜 餚										備 註										
			菜 名	材 料	公 斤 重	材 料	公 斤 重	食物份數															
								全穀根莖類	豆魚肉蛋類	低脂乳品類	蔬菜類	水果類		果糖與堅糖 (g)	熱量								
2月14日	一	早點	玉米脆片	玉米脆片	7小盒																		
			鮮奶	鮮奶	1L*9																		
	午點	餛飩湯	餛飩 青江菜 芹菜珠	130個 1.2 0.2	油蔥酥	1小包																	
		水果	水果	65份																		水果1種	
2月15日	二	早點	鍋燒麵	中粗烏龍麵 豬肉絲 魚板	3.6 1 0.2	竹輪 小白菜 紅蘿蔔	0.6 1 0.3																
	午點	薑汁地瓜湯	地瓜 薑泥 二砂糖	4.4 0.3 1																			
		水果	水果	65份																			水果1樣
2月16日	三	早點	小兔包	小兔包	66個																		
			豆漿	豆漿 豆漿	2L*4 1L*1																		
	午點	紅豆湯圓	小湯圓 紅豆 二砂糖	3包 2 1	(前一天送)																		
		水果	水果	65份																			水果1種
2月17日	四	早點	翡翠雞蓉粥	雞絞肉 雞蛋 菠菜	1 1 1																		
	午點	關東煮	小貢丸 竹輪 油豆腐丁	1 1.2 1	甜不辣條 白蘿蔔	1 3																	
		水果	水果	65份																			水果1樣
2月18日	五	早點	芋泥包	芋泥包	66個																		
			黑豆茶	黑豆茶包 二砂糖	1包 1																		
	午點	茄汁義大利麵	義大利麵 豬絞肉 洋蔥	5包 1.4 0.6	冷凍花椰菜 義大利麵醬	1 3瓶																	
		水果	水果	65份																			水果1樣
營養標準參照			衛生福利部 國民健康署「幼兒一日飲食建議量」																				

