本月用餐天數 23

基隆市中華國民小學附設幼兒園　**110學年度第2學期第8週幼兒點心食譜設計表**　本週用餐天數 5

早70+1.午70+1

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	低脂乳品類	蔬菜類	水果類	油脂與堅果種子類	糖（g）	熱量	備註
			菜餚					食物份數								
3月28日	一	早點	蘑菇鐵板麵	鐵板麵 蘑菇醬	20小包 20小包			1.7	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	164.0	
		午點	滷蛋+海帶芽湯	雞蛋 滷包	73顆 1小包	乾海帶芽 薑絲	0.1 0.1	0.0	1.0	0.0	0.5	1.0	0.0	0.0	147.5	水果1種
			水果	水果	71人											
3月29日	二	早點	肉包	肉包	71個			2.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14.2	271.8	
			紅棗枸杞茶	紅棗 枸杞 二砂糖	0.2 0.1 1											
		午點	布丁	布丁	71個			1.2	0.3	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	166.5	水果1種
			水果	水果	71人											
3月30日	三	早點	肉鬆蛋餅	蛋餅皮 肉鬆 雞蛋	36片 2盒 2.2			1.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.0	14.2	186.8	
			麥茶	麥茶 二砂糖	1包 1											
		午點	燒賣	燒賣	142個			0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	0.0	15.0	195.0	水果1種
			水果	水果	71人											
3月31日	四	早點	陽春麵	陽春麵 豬絞肉 豆芽菜	3 1 0.8	韭菜	0.3	2.3	0.3	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	187.3	
		午點	雞茸玉米粥	雞絞肉 冷凍玉米粒 高麗菜	1 1 2			2.2	0.4	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	191.5	水果1種
			水果	水果	71人											
4月1日	五	早點	芋泥包	芋泥包	71個			1.0	1.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	147.5	
			豆漿	豆漿 豆漿	2L*4 1L*1											
		午點	綠豆薏仁甜湯	綠豆 小薏仁 二砂糖	2 1 1	(前一天送) (前一天送)		1.7	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	10.0	219.0	水果1種
			水果	水果	71份											
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」												

供應商營養師：陳怡樺　　幼兒園主任　　園 長

本月用餐天數　19

基隆市中華國民小學附設幼兒園　**110學年度第2學期第9週幼兒點心食譜設計表**　本週用餐天數　3

早70+1、午70+1

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	低脂乳品類	蔬菜類	水果類	油脂與堅果種子類	糖（g）	熱量	備註
			菜餚					食物份數								
4月4日	一	早點	兒童節												0.0	
		午點													0.0	
4月5日	二	早點	清明節												0.0	
		午點													0.0	
4月6日	三	早點	小兔包	小兔包	71個			1.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	130.0	慶生會
			鮮奶	鮮奶	1L*9											
		午點	綜合滷味	白蘿蔔 甜不辣條 百頁豆腐	3 1.5 1	杏鮑菇 滷包	1 1小包	0.3	0.2	0.0	0.6	1.0	0.0	0.0	111.0	水果1種
			水果	水果	71份											
4月7日	四	早點	雞茸玉米粥	雞絞肉 玉米粒 高麗菜	1 3小罐 2			2.2	0.4	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	191.5	
		午點	炸雞塊	小雞塊	213個			0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	1.0	0.0	180.0	水果1樣
			水果	水果	71份											
4月8日	五	早點	冰烤地瓜	冰烤地瓜	71條			5.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14.0	427.0	
			麥茶	麥茶 二砂糖	1包 1											
		午點	四神排骨湯	小排丁 四神包 小薏仁	3 1包 0.3			0.2	1.1	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	156.5	水果1種
			水果	水果	71份											
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」 本園一律使用國產豬肉食材												

供應商營養師：陳怡樺　　幼兒園主任　　園 長

本月用餐天數 19

基隆市中華國民小學附設幼兒園　**110學年度第2學期第10週幼兒點心食譜設計表**　本週用餐天數 5

早70+1、午70+1

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	低脂乳品類	蔬菜類	水果類	油脂與堅果種子類	糖（g）	熱量	備註
			菜餚					食物份數								
4月11日	一	早點	雞絲麵	雞絲麵 豬肉絲 小白菜	6包 1 1	黑木耳 紅蘿蔔	0.3 0.3	1.7	0.4	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	154.0	
		午點	什錦豆腐羹	板豆腐1.2K 豬肉片 金針菇	2盒 1 0.6	魚板 黑木耳 筍籤	0.4 0.3 0.3	0.0	0.9	0.0	0.2	1.0	0.0	0.0	132.5	水果1種
			水果	水果	71份	太白粉	0.6									
4月12日	二	早點	關東煮	貢丸 竹輪 油豆腐丁	1 1.2 1	甜不辣條 白蘿蔔	1 3	0.2	0.8	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	84.0	貢丸要切
		午點	鮮枝捲+魚丸湯	鮮枝捲 魚丸 芹菜	71條 2.6 0.2			0.0	1.7	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	187.5	水果1種
			水果	水果	71份											
4月13日	三	早點	茄汁義大利麵	義大利麵 豬絞肉 洋蔥	5包 1.5 0.6	冷凍花椰菜 義大利麵醬	1 3瓶	1.8	0.6	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0	185.0	
		午點	茶葉蛋	雞蛋 茶葉蛋滷包	73顆 1盒			0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	135.0	水果1種
			水果	水果	71份											
4月14日	四	早點	台式鹹粥	豬肉絲 生香菇 蝦米	1 0.8 0.1	高麗菜 紅蘿蔔	1.6 0.3	2.0	0.5	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	187.5	
		午點	大黃瓜雞湯	雞腿丁 大黃瓜 薑絲	3 3 0.1	枸杞	0.1	0.0	1.1	0.0	0.4	1.0	0.0	0.0	152.5	水果1種
			水果	水果	71份											
4月15日	五	早點	餐包	小餐包	71個			2.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	215.0	
			豆漿	豆漿 豆漿	2L*4 1L*1											
		午點	芋頭西米露	冷凍芋頭丁 西谷米 鮮奶	3 1 1L*2	二砂糖	1	1.8	0.0	0.1	0.0	1.0	0.0	10.0	238.0	水果1種
			水果	水果	71份											
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」 本園一律使用國產豬肉食材												

供應商營養師：陳怡樺　　幼兒園主任　　園 長

本月用餐天數 19

基隆市中華國民小學附設幼兒園　**110學年度第2學期第11週幼兒點心食譜設計表**　本週用餐天數 5

早70+1、午70+1

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	低脂乳品類	蔬菜類	水果類	油脂與堅果種子類	糖（g）	熱量	備註
			菜餚					食物份數								
4月18日	一	早點	蔥抓餅	蔥抓餅	36片			1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	79.0	水果1種
		午點	水餃+水果	水餃	213個	水果	71份	0.2	2.0	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	233.0	
			玉米濃湯	玉米粒 玉米醬 雞蛋	4小罐 4小罐 1.5	碎培根	0.6									
4月19日	二	早點	肉羹麵	油麵 肉羹 筍籤	3 1.5 0.3	黑木耳 紅蘿蔔 大白菜	0.3 0.3 1	1.0	0.4	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	107.5	
		午點	紫菜花枝丸湯	紫菜 花枝丸	1包 3			0.0	0.9	0.0	0.1	1.0	0.0	0.0	130.0	水果1種
			水果	水果	71份											
4月20日	三	早點	火鍋湯	凍豆腐 金針菇 大白菜	1.5 0.6 0.9	豬肉片 燕餃 白蘿蔔	1 7盒 2	0.0	1.0	0.0	0.5	1.0	0.0	0.0	147.5	
		午點	珍珠丸	珍珠丸	142個			0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	135.0	水果1種
			水果	水果	71份											
4月21日	四	早點	清粥小菜	肉鬆 麵筋罐頭	3盒 4瓶			2.0	1.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	260.0	
		午點	香菇雞湯	生香菇 棒腿丁 薑片	1 3 0.1			0.0	1.1	0.0	0.1	1.0	0.0	0.0	145.0	水果1種
			水果	水果	71份											
4月22日	五	早點	玉米脆片	玉米脆片	7小盒			1.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	130.0	
			鮮奶	鮮奶	1L*9											
		午點	紅豆甜湯	紅豆 二砂糖	2.5 1	（前一天送）		1.4	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	10.0	198.0	水果1種
			水果	水果	71份											
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」 本園一律使用國產豬肉食材												

供應商營養師：陳怡樺　　幼兒園主任　　園 長

本月用餐天數 19
本週用餐天數 5

基隆市中華國民小學附設幼兒園　**110學年度第2學期第12週幼兒點心食譜設計表**

早70+1、午70+1

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	低脂乳品類	蔬菜類	水果類	油脂與堅果種子類	糖（g）	熱量	備註
			菜餚					食物份數								
4月25日	一	早點	什錦魚丸冬粉湯	冬粉 魚丸 黑木耳 芹菜珠	1.5 2.6 0.3 0.2	油蔥酥 冬菜 胡蘿蔔	1小包 1罐 0.3	1.1	0.7	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	129.8	
		午點	燒賣	燒賣	142個			0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	135.0	水果1種
			水果	水果	71份											
4月26日	二	早點	榨菜肉絲麵	細烏龍麵 豬肉絲 小白菜	3 1 1	青蔥 榨菜絲	0.1 2小包	1.4	0.4	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	133.0	
		午點	餛飩湯	餛飩 青江菜 芹菜珠	142個 1.2 0.2	油蔥酥	1小包	0.0	1.0	0.0	0.2	1.0	0.0	0.0	140.0	水果1種
			水果	水果	71份											
4月27日	三	早點	蛋餅	蛋餅皮 雞蛋 青蔥	36片 2 0.2			1.0	0.5	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0	161.5	
			蔬果汁	綜合果蔬汁	10瓶	900ml										
		午點	雞肉麵線湯	白麵線 清雞胸丁 薑片	2 2.7 0.1	高麗菜	1.8	1.1	1.0	0.0	0.3	1.0	0.1	0.0	222.8	水果1種
			水果	水果	71份											
4月28日	四	早點	鮪魚玉米粥	玉米粒 鮪魚罐頭 紅蘿蔔	4小罐 1桶 0.3			2.2	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	221.5	
		午點	蘿蔔排骨湯	白蘿蔔 小排丁 香菜	3 3 0.1			0.0	1.1	0.0	0.4	1.0	0.0	0.0	152.5	水果1種
			水果	水果	71份											
4月29日	五	早點	奶黃包	奶黃包	71個			1.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	145.0	
			豆漿	豆漿 豆漿	2L*4 1L*1											
		午點	檸檬愛玉	愛玉凍 檸檬 二砂糖	8 2顆 1			0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	14.2	116.8	水果1種
			水果	水果	71人											

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」 本園一律使用國產豬肉食材

供應商營養師：陳怡樺　　幼兒園主任　　園 長