基隆市中華國民小學附設幼兒園 110學年度第2學期5月份點心單

日期	星期	早點	生 即
	生别	·	午點
5/2		杯子蛋糕+養生茶	中華花生豆花+水果
5/3	=	味噌拉麵	金茸紫菜魚丸湯+水果
5/4	=	小兔包+鮮奶(慶生會)	蔬菜湯餃+水果
5/5	四	翡翠肉末粥	蘿蔔排骨湯+水果
5/6	五	玉米脆片+鮮奶	粉圓地瓜甜湯+水果
5/9	1	煎蘿蔔糕+豆漿	藥膳麵線+水果
5/10	11	肉羹麵	芋頭西米露+水果
5/11	111	肉燥米粉湯	關東煮+水果
5/12	四	鮮奶小饅頭+豆漿	瓜仔雞湯+水果
5/13	五	奶油通心麵濃湯	燒賣+水果
5/16	-	餛飩湯	肉鬆飯糰+水果
5/17	11	鍋燒麵	滷雞翅+水果
5/18	111	什錦菇肉片麵線	吐司+黑豆茶+水果
5/19	四	香菇肉粥	綠豆薏仁甜湯+水果
5/20	五	鮮肉包+鮮奶	雙圓甜湯+水果
5/23	1	鍋貼	水煮蛋+味噌豆腐湯+水果
5/24	-	米苔目鹹湯	銅鑼燒+紅棗枸杞茶+水果
5/25	111	金瓜炒米粉	青菜豆腐湯+水果
5/26	四	雞茸玉米粥	香菇雞湯+水果
5/27	五	杯子蛋糕+豆漿	紅豆湯圓+水果
5/30	_	蔬菜培根煎餅	冰烤地瓜+薏仁米漿+水果
5/31	=	玉米濃湯餃	花生仁甜湯+水果

本月用餐天數 22

基隆市中華國民小學附設幼兒園 110學年度第2學期第13週幼兒點心食譜設計表

本週用餐天數 備 食物份數 主 公 公 星 蔬 水 熱 材料 斤 材料 斤 期 期 食 菜名 脂種 與子 菜 果 糖 g 量 重 重 註 類 類 早69+1、午69+1 杯子蛋糕 70個 杯子蛋糕 早 0.3 0.2 0.0 0.0 0.0 0.7 14.2 124.3 點 養生茶包 1包 5 養生茶 二砂糖 1 月 2 中華豆花 70個 水 中華豆花 花生口味 \exists 午 果 0.9 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 67.5 0.0 70份 點 水果 1 水果 種 拉麵 3 乾海带芽 0.1 1 味噌拉麵 豬肉片 味噌 4小包 早 4小罐 玉米粒 1.2 0.4 0.0 0.1 0.0 0.0 0.0 116.5 點 5 月 0.7 3 金針菇 水 金茸紫菜魚丸湯 紫菜 1包 日 午 果 魚丸 2.5 0.0 0.7 0.0 0.2 1.0 0.0 0.0 117.5 70份 點 水果 1 水果 種 70個 小兔包 小兔包 早 1.0 0.0 0.5 0.0 0.0 0.0 0.0 130.0 1L*9 點 鮮奶 5 鮮奶 月 三 213顆 生香菇 4 水餃 0.6 水 蔬菜湯餃 青江菜 1.2 \exists 午 0.5 果 紅蘿蔔 0.0 | 1.5 | 0.0 | 0.3 | 1.0 | 0.0 | 0.0 | 180.0 70份 水果 1 點 水果 種 雞絞肉 1 翡翠肉末粥 1.5 菠菜 早 0.5 魚板 2.0 0.5 0.0 0.2 0.0 0.0 0.0 182.5 點 5 月 四 5 3 白蘿蔔 水 蘿蔔排骨湯 3 小排丁 日 午 0.1 果 香菜 0.0 | 1.1 | 0.0 | 0.4 | 1.0 | 0.0 | 0.0 | 152.5 點 水果 70份 1 水果 種 玉米脆片 7小盒 玉米脆片 早 1.0 0.0 0.5 0.0 0.0 0.0 0.0 130.0 鮮奶 1L*9 點 5 鮮奶 月 五 0.6 6 粉圓 水 粉圓地瓜甜湯 4.5 地瓜 日 午 果 二砂糖 1.8 0.0 0.0 0.0 1.0 0.0 10.0 226.0 70份 水果 點 1 水果 種 衛生福利部 國民健康署「幼兒一日飲食建議量」

菜單設計:陳怡樺營養師

營養標準參照

本園一律使用國產豬肉食材

本月用餐天數 22

基隆市中華國民小學附設幼兒園 110學年度第2學期第14週幼兒點心食譜設計表 菜 餚

本週用餐天數 5

						1	菜	餚	I			A 11.	1/2 abs				備
	日	星期	主			公		公	全	並	低	食物蔬	份數 水	油果			
早69+1、午69+1	期		食	菜名	材料	斤	材料	斤	殺 根	魚肉	脂乳	疏菜	水果	脂種	· 使 · 使 · 使 · 使 · 使 · 使 · 使 · 使 · 使 · 使	熱	
						重		重	並頻	蛋類	品類	 類		與 子 堅 類	** ·	量	註
100 1 100 1					蘿蔔糕	7盒			~			,,,,	,,,,				
				煎蘿蔔糕													
			早						10	1.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	190.0	
	5		點		豆漿	2L*4			1.0	1.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0		
	月			豆漿	豆漿	1L*1											
		_			4 10 10	1.8	當歸黃耆	2包									
	9			藥膳麵線	白麵線 豬肉片	1.0	品	2世									水
	H		午	示后延冰	高麗菜	1.2					0.0			0.0	0.0		果
			點		水果	70份			1.0	0.4	0.0	0.2	1.0	0.0	0.0	165.0	1
				水果													種
																	-13-
				. 26	油麵	3	黑木耳	0.3									
			早	肉羹麵	肉羹		紅蘿蔔	0.3	1.0 0.4								
	5				筍籤	0.3	大白菜	1		0.4	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	107.5	
			點														
	月	1 =									1						
	1				新鮮芋頭	3.5	二砂糖	1									
	0			芋頭西米露	西谷米	1											水
	日		午		鮮奶	1L*2			1.8	0.0	0.1	0.0	1.0	0.0	10.0	238.0	果
			點	1. 197	水果	70份											1
			水果													種	
					中粗米粉	4包	豆芽菜	1									
				肉燥米粉湯	猪 絞肉	1	韭菜	0.2									
			早	1 1 /// 1 / 1 / 1 / 1 / 2	生香菇	0.7	五人	"	11	0.4	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1145	
	5		點						1.1	0.4	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	114.5	
	月					ļ											
	1	Ξ			, = 1	1	-11 14 1h	1									
	1			關東煮	小貢丸 豬血糕	1 1.2	甜不辣條 白蘿蔔	1 3									水
	日		午	朔人尔、	組 並 低 油 豆 腐 丁	1.2	口維副			_ _	0.0			0.0	0.0		果
			點		水果	70份			0.7	0.5	0.0	0.4	1.0	0.0	0.0	156.5	1
				水果		,,,											種
																	1,34
				4V 1 . 1 47	鮮奶小饅頭	70個											
			B	鮮奶小饅頭													
	5		早點		豆漿	2L*4			0.8	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	93.5	
			點	豆漿	五泉	1L*1											
	月 1					1											
	1	四			雞腿丁	3											,
	2			瓜仔雞湯	花瓜罐頭	5罐											水
	\exists		午		薑片	0.1			0.0	1.1	0.0	0.3	1.0	0.0	0.0	150.0	果
			點	1. HF	水果	70份											1
				水果													種
					通心麵	6包	無鹽奶油	1塊									
				奶油通心麵濃湯			鮮奶	1L*1									
			早		洋蔥		麵粉	0.6	25	0.1	0.1	0.4	0.0	0.5	0.0	2293	
	5 月 1 3 日		點						2.5	0.1	0.1	0.4	0.0	0.0	0.0		
		五			燒賣	140個											
				燒賣	/元 貝	1.401回											水
			午	<i>-</i> /∪ ×		1			0.0	1 0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	105.0	果
			點		水果	70份			0.0	1.0	0.0	U.U	1.0	U.U	U.U	135.0	1
				水果													種
						街山	:福利部 圖日	健康署	ليه ۲	自自一	- FI 4	冶金	建議	昌,			
		營	養相	某準參照	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												
								11-10-11	• = 1	x 478	· 4 PK	.1.4					

本月用餐天數 22

基隆市中華國民小學附設幼兒園 110學年度第2學期第15週幼兒點心食譜設計表

本週用餐天數 5

						ı	菜	餚									備	
	日	星	主			公		公	全	豆	低		份數					
	期	期	食	菜名	材料	斤 材料	斤	穀根	魚肉	脂乳	蔬菜	水果	油果脂種		熱			
早69+1、午69+1						重		重	並	蛋類	品類	* 類	州	與子 堅 類	²⁶ ο	量	註	
10011 10011					餛飩	140個	油蔥酥	1小包	201	201	201	200	247					
				餛飩湯	青江菜	1.2		, ,										
			早		芹菜珠	0.2			0.0	1.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	80.0		
	5		點															
	月																	
	1	_			肉鬆	1.2												
	6			肉鬆飯糰	* 4 2163												水	
	日		午			/			1.0	1.1	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	212.5	果	
			點	小田	水果	70份											1	
				水果													種	
					粗烏龍麵	3.6	竹輪	0.6										
				鍋燒麵	豬肉絲	1	小白菜	1										
			早		魚板	0.2	紅蘿蔔	0.3	1.7	0.6	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	169.0		
	5		點															
	月																	
	1	=			雞翅	70支												
	7			滷雞翅	XF3C	7.00											水	
	日		午						0.0	2.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	210.0	果	
			點	1. H	水果	70份							_,,				1	
				水果													種	
					白麵線	1.8	豬肉片	2										
				什錦菇肉片麵線		0.6	老薑	0.1										
			早		金針菇	1.5			1.8	0.9	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	201.0		
	5		點						1.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0			
	月																	
	1	Ξ			白吐司	70片	黑豆茶包	1包										
	8			吐司+黑豆茶	•	, ,	二砂糖	1									水	
	日		午						2.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	14.2	256.8	果	
			點	水果	水果	70份												1
				水 木													種	
					豬絞肉	1	雞蛋	1.2										
				香菇肉粥	生香菇	0.7												
	_		早		紅蘿蔔	0.3			2.0	0.7	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	195.0		
	5		點															
	月																	
	1	四			綠豆		(前一天送)										,	
	9		L	綠豆薏仁甜湯		1	(前一天送)										水田	
	日		午		二砂糖业里	70//\			1.7	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	14.0	235.0	果	
			點	水果	水果	70份											1	
			L	-1-216			_			L							種	
				_	鮮肉包	70個												
			日	鮮肉包														
	5		早		鮮奶	1L*9			0.2	0.8	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	134.0		
			點	鮮奶	MT 301	IL)												
	月 2	五一		. 1 2.4														
	0	丑			芋圓	2		-									水	
	日		午點	雙圓甜湯	地瓜圓	2											果	
	ı				二砂糖	1			1.9	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	14.0	249.0	木 1	
			流位	水果													種	
																	1王	
					衛生福利部 國民健康署「幼兒一日飲食建議量」													
		營	養棉	华参照		4 有 生							进藏	里」				
							本園一	件使用	四月	生稻	内食	11						

基隆市中華國民小學附設幼兒園 110學年度第2學期第16週幼兒點心食譜設計表 菜 餚

本月用餐天數 22 本週用餐天數 5 借

							菜	餚	1								備
	日	星	主			公		公	全	並	低		份數			ı	
	期	期	食	菜名	材料	斤	材料	斤	穀根	魚肉	脂乳	蔬菜	水果	油果脂種	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	熱	
早69+1、午69+1						重		重	並頻	蛋類	品類	類	類	與 子 堅 類	ъ b	量	註
100 1 100 1					鍋貼	210個						791	,,,,				
				鍋貼													
			早						0.9	0.8	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	164.3	
	5		點														
	月																
	2	_			板豆腐1.2K	2合	乾海带芽	0.1									
	3			水煮蛋+味噌豆腐湯		5小包		74顆									水
	日		午		味噌	5小包		171	0.0	1 1	0.0	0.1	1.0	0.0	0.0	1675	果
			點		水果	70份			0.0	1.1	0.0	0.1	1.0	0.0	0.0		1
				水果													種
					米苔目	3.6	紅蘿蔔	0.2									
				米苔目鹹湯	豬肉絲	0.7	韭菜	0.2									
			早	11. 2	豆芽菜	0.7	油蔥酥	1小包	1 0	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	07 F	
	5		點						1.0	0.3	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	97.3	
	月																
	2	=			銅鑼燒	70個	4 束	0.2								$\vdash \vdash$	
	4			銅鑼燒+紅棗枸杞茶	驷雞烷	ノい回	紅策枸杞	0.2									水
	日		午				二砂糖	1	2.4	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	140	204.0	果
			點		水果	70份	, -		2.4	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	14.0	284.0	1
				水果													種
					4- 1/ 10	<i>(\(\(\) \)</i>	方面 艾	1									
				金瓜炒米粉	細米粉 南瓜	6包 3	高麗菜 生香菇	0.5									
			早	亚/10/2 /1/1/	豬肉絲	1	工日奶	0.0	1 0	0.4	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	40.0	
	5		點		20 1 1 KA				1.3	0.4	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	126.0	
	月																
	2	Ξ			L- =	2.6											
	5			青菜豆腐湯	板豆腐 小白菜	3.6											水
	日		午	月米亚枫杨	介 日 未 雞蛋	1.2			0.0			0.4	4.0	0.0	0.0		果
			點		水果	70份			0.0	0.8	0.0	0.1	1.0	0.0	0.0	122.5	1
				水果													種
					04 1 h	1											
				雞茸玉米粥	難絞肉 エムム	1 3小罐											
			早	郑 年 五 小 拊	<u> </u>	2								0.0			
	5		點		的起木				2.2	0.4	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	191.5	
	月																
	2	四			1 4 14	4											
	6			香菇雞湯	生香菇	1 3											水
	日		午	百姑雞汤	棒腿丁 薑片	0.1								0.5	0.5		果
			點		水果	70份			0.0	1.1	0.0	0.1	1.0	0.0	0.0	145.0	1
			-	水果	•												種
					レフェル	70/E											
				杯子蛋糕	杯子蛋糕	70個											
			早	介丁蛋糕					4 ^					0.0	0.0		
	5		點		豆漿	2L*4			1.0	0.4	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	107.5	
	月			豆漿	豆漿	1L*1											
	2	五				0.4											
	7			红云涅国	小湯圓	3包 2	(岩エ四)										水
	日		午	紅豆湯圓	紅豆 二砂糖	$\begin{array}{c c} 2 \\ 1 \end{array}$	(前一天送)							0.0			果
	•		點		水果	70份			1.5	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	10.0	205.0	1
				水果													種
						de i	- 福利加 四口	油虫甲	ΓM	. 63	_ n 4	Б .	7 ‡ →¥	旦			
		營	養棉	某準參照		1年1	E福利部 國民 本 周 一						廷硪	里」			
							平因 一	*律使用	四月	生稻	内很	11					
	w		_											_			

基隆市中華國民小學附設幼兒園 110學年度第2學期第17週幼兒點心食譜設計表 菜 餚

					Ι	菜						A 11		備					
	日	星	主			公		公	全	豆	低		份數	油果		1			
	期	期	食	菜名	材料	斤	材料	斤	穀根	魚肉	脂乳	蔬菜	水果	脂種	へ 糖g	熱			
早69+1、午69+1						重		重	並頻	蛋類	品類	類	類	與子 堅類	ь)	量	註		
100 1 100 1					麵粉	3	高麗菜	1.5				791	,,,,						
			_	蔬菜培根煎餅	洋蔥		紅蘿蔔	0.8											
	_		早		雞蛋	0.8	碎培根	0.8	2.1	0.4	0.0	0.7	0.0	1.0	0.0	239.5			
	5		點																
	月																		
	3	_			冰烤地瓜	70條	薏仁米漿	2L*4											
	0			冰烤地瓜+薏仁米漿			薏仁米漿	1L*1									水		
	日		午		1. 102	70 //3			5.3	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	431.0	果		
			點	水果	水果	70份											1		
				N. N.													種		
					水餃	210顆	雞蛋	2											
				玉米濃湯餃		5罐													
	_		早		玉米醬(小)	3罐			0.0	1.5	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	120.0			
	5 □		點																
	月 3	_								L					L.				
		_			麥片	1											1.		
	1 日		F	花生仁甜湯	熟花生仁	3.6											水田		
	П		午點		二砂糖 水果	<u>1</u> 70份			0.7	0.0	0.0	0.0	1.0	3.5	10.0	306.5	果 1		
			杰山	水果	小 木	70[)]											種		
				• • • •													俚		
					中粗烏龍麵		竹輪	0.6											
			早	鍋燒麵	豬肉絲 魚板	0.2	小白菜 紅蘿蔔	0.3											
			點		<u></u>	0.2	紅維副	0.5	1.7	0.6	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	169.0			
	6		741																
	月	Ξ																	
	1	_		** + ++	雞蛋	3.6											水		
	日		午	茶碗蒸	豬絞肉 魚板	1 0.3											果		
			點		水果	70份			0.0	1.1	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	142.5	1		
				水果															樣
					, 4.t	_	1 5 44	0.6											
				山藥瘦肉粥	山藥	3	生香菇	0.6											
			早	山东爱内州	枸杞	0.2				0.4	0.0	0.4		0.0	0.0				
	_		點		1410				2.5	0.4	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	207.5			
	6 □																		
	月 2	四			小排丁	3													
	日			肉骨茶湯	小排 J 肉骨茶包	っ 1包											水		
	П		午	11 71 71 123	高麗菜	2			0.0	0.4	0.0	0.2	1.0	0.0	0.0	07.5	果		
			點		水果	70份			0.0	0.4	0.0	0.3	1.0	0.0	0.0	97.3	1		
				水果													種		
				端午節															
			早													0.0			
	6		點																
	月																		
	3	五																	
	日		٫.																
			午						ļ							0.0			
			點																
									_					_					
		誉	養相	栗準参照		衛生	上福利部 國民·						建議	量」					
							本園一	*律使用	1國)	至豬	肉食	材							