

東光國小附設幼兒園 1 月份點心

日期	星期	上午點心	下午點心	水果
1/2	二	豆菜麵(豆芽菜, 肉燥, 麵條)	蛋糕+堅果	水果
1/3	三	肉絲蛋麵線(肉絲, 雞蛋, 紅麵線, 高麗菜)	胡蘿蔔蔬菜煎餅+低糖豆奶	香瓜
1/4	四	金針菇滑蛋燕麥粥(金針菇, 雞蛋, 燕麥, 米)	地瓜綠豆湯+堅果	蓮霧
1/5	五	水餃(高麗菜, 絞肉, 蔥, 麵粉)	南瓜牛奶濃湯+堅果	雪梨
1/8	一	銀絲卷+五穀糙米漿	玉米排骨湯(排骨, 紅蘿蔔, 玉米)	棗子
1/9	二	陽春麵(麵條, 韭菜, 白菜, 肉燥)	鮮奶吐司+堅果	棗子
1/10	三	巧達濃湯(紅蘿蔔, 雞蛋, 杏鮑菇, 玉米)	水煎包+優酪乳	西瓜
1/11	四	鮭魚玉米粥(鮭魚, 玉米, 白米, 洋蔥)	鮮奶紅豆紫米粥+堅果	橘子
1/12	五	蔥抓餅+蔬菜豆腐湯(紅蘿蔔, 高麗菜, 豆腐)	餐包+枸杞紅棗茶+堅果	香蕉
1/15	一	南瓜雜糧饅頭+鮮奶豆漿	烤地瓜+芝麻牛奶	草莓
1/16	二	蕃茄蔬菜麵(洋蔥, 番茄, 高麗菜, 麵條)	紅蘿蔔小饅頭+堅果	草莓
1/17	三	麻油肉絲冬粉湯(肉絲, 高麗菜, 冬粉)	培根起司麵包+鮮奶	橘子
1/18	四	雞蓉玉米粥(雞肉, 高麗菜, 玉米, 白米)	蔬菜餛飩湯(小白菜, 餛飩)+堅果	蓮霧
1/19	五	蘿蔔糕+蛋花湯		

備註：

- 點心遇特殊狀況(如：颱風、退貨、物價上揚...等)將彈性調整。
- 時令水果每日供應，但因配合國小營養午餐招標周期(3週一次)進行採購，故月中將再次公告水果 招標後的品項。
- 藍底字為國小營養午餐提供之乳品與水果。
- 每周提供3天的乳製品補充幼兒鈣質；3次堅果均衡幼兒營養。含糖飲品每周不超過3次。
- 本園餐點食材均採用國產豬、牛肉。
- 綜合堅果(Hoody's 精緻果乾混綜合果仁)含腰果、杏仁、南瓜籽及花生製品，若幼兒有食物過敏疑慮請告知老師。



承辦人：吳心怡

營養師：黃硯廷

校長：林義順