

北勢國小113學年第一學期學生點心食譜設計表(第十九週)

12月30日(星期一)							12月31日(星期二)							1月1日(星期三)							1月2日(星期四)							1月3日(星期五)												
主 食			三色土司和鮮奶				主 食			味噌魚肉意麵				主 食			元 旦				主 食			蝦仁蛋炒飯				主 食			鹿港麵線									
菜 名			配 料				菜 名			配 料				菜 名			配 料				菜 名			配 料				菜 名			配 料									
早 點	三 色			三色短土司V12片				味 噌			大白菜去外葉"													蝦 仁			鮮草蝦仁0.4k含冰				鹿 港			蚵仔麵線						
	吐 司			鮮奶(1L)養樂多"				魚 肉			鯛魚片.冷凍													蛋 炒			溫體肉絲**美Q				麵 線			溫體肉絲**美Q						
	和 司							肉 意			紅蘿蔔													飯 炒			洋蔥(帶皮)				線 麵			紅蘿蔔						
	鮮 奶							意 麵			味噌													白 飯			紅蘿蔔				線 麵			木耳大朵(生)美*						
	奶							麵			蔥"													蔥			白米				線 麵			絞紅蔥頭						
午 點	蔭 瓜			愛之味蔭瓜180g				蔬 菜			香菇(生)"													白 菜			溫瘦夾心肉片*Q				燒 仙			仙草原汁2K包						
	雞 湯			雞清肉丁				豆 腐			豆腐(1.2K)封膜													肉 片			大白菜去外葉"				草 仙			八寶豆250g熟小包						
				杏鮑菇一切塊"				小 白 菜			小白菜"													羹 羹			金絲菇"							砂糖"						
				絞蒜仁"				紅 蘿 蔔			紅蘿蔔													羹 羹			薑片"													
	點							湯			白米													湯			紅蘿蔔													
水 果	香吉士"							芭樂																			洋香瓜							蘋 果						
	全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量			1.7 1.6 0.2 0.5 0.6 255				全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量			1.2 1.9 0.7 1.0 0.8 287				全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量			1.7 1.4 0.5 1.0 1.0 306				全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量			1.3 0.5 0.2 1.0 0.8 204															
	1.7 1.6 0.2 0.5 0.6 255							1.2 1.9 0.7 1.0 0.8 287							1.7 1.4 0.5 1.0 1.0 306							1.3 0.5 0.2 1.0 0.8 204																		
	1.7 1.6 0.2 0.5 0.6 255							1.2 1.9 0.7 1.0 0.8 287							1.7 1.4 0.5 1.0 1.0 306							1.3 0.5 0.2 1.0 0.8 204																		
	1.7 1.6 0.2 0.5 0.6 255							1.2 1.9 0.7 1.0 0.8 287							1.7 1.4 0.5 1.0 1.0 306							1.3 0.5 0.2 1.0 0.8 204																		

食材來源一律使用國產豬牛肉

餐點組老師：

幼兒園郭純汎
教師

幼兒園主任：

附設幼兒園
主任 蔡潔昕

校長：

北勢國民小學
校長 劉俊宏