

北勢國小113學年第二學期學生點心食譜設計表(第四週)

3月3日(星期一).			3月4日(星期二).			3月5日(星期三).			3月6日(星期四).			3月7日(星期五).						
主食		水煮蛋	主食		米食	主食		麵食	主食		米食	主食		麵食				
菜名	配	料	菜名	配	料	菜名	配	料	菜名	配	料	菜名	配	料				
葡萄吐司和豆漿	葡萄短土司12片√		什錦湯	炸豆包55g*小		野菇增飯	鴻禧菇100g		海鮮麵疙瘩	麵疙瘩		蚵仔麵線	蚵仔麵線					
	豆漿低糖1L光泉				溫體豬柳Q					紅蘿蔔				溫體肉絲**美Q			赤肉梗-手工	
					香菇(生)"					洋蔥(帶皮)				鮮草蝦仁0.4k含冰			木耳大朵(生)美*	
					紅蘿蔔					奶油100g小。				虱目小魚丸√			脆筍絲	
				高麗菜去外葉"			青花菜-嘉鹿1k*			小白菜"			柴魚片-小					
				白米			帶皮蒜辦			薑片"			紅蘿蔔					
				蔥"			白米						絞紅蔥頭					
暖心火鍋	大白菜去外葉"		金針雞湯	乾金針		元氣蛋和鮮奶	雞蛋(盒)10入		菜頭排骨湯	白蘿蔔"		地瓜綠豆湯	綠豆					
	溫瘦夾心肉片*Q				沈選雞蛋(盤)30入					溫體小排肉丁*Q美				地瓜*				
	綜合火鍋料.				鮮奶(1L)養樂多"					西洋芹"				砂糖"				
	玉米條*去頭尾									素肉片√小把								
	金絲菇"			白米														
	白米																	
水果	小番茄		茂	茂谷柑"		鳳梨	鳳梨		梨	梨子Q		蘋	蘋果					
營養	全穀豆魚蔬菜鮮奶油脂	熱量	全穀豆魚蔬菜鮮奶油脂	熱量	全穀豆魚蔬菜鮮奶油脂	熱量	全穀豆魚蔬菜鮮奶油脂	熱量	全穀豆魚蔬菜鮮奶油脂	熱量	全穀豆魚蔬菜鮮奶油脂	全穀豆魚蔬菜鮮奶油脂	熱量	全穀豆魚蔬菜鮮奶油脂	熱量			
養	1.0 0.3 0.3 0.5	221	1.0 0.3 0.2 1.0 0.5	301	1.0 0.3 0.2 1.0 0.5	181	1.0 0.3 0.2 1.0 0.5	181	1.0 0.4 0.5 1.0 0.5	196	1.0 0.2 0.2 1.0 0.4	168						

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：

附設幼兒園蔡潔昕主任

校長：

北勢國民小學劉俊宏校長