北勢國小113學年第二學期學生點心食譜設計表(第五週)

	3 月 10 日(星期一).		3 月 11 日(星期二).		3 月 12 日(星期三).		3 月 13 日(星期四).		3 月 14 日(星期五).	
主食	蒸豆沙包		米食		米食		麵食		麵食	
菜名	配 料		菜名	配 料	菜名	配 料	菜名	配 料	菜名	配 料
	豆沙包和米漿	豆沙包10入	香菇雞茸粥	雞清肉-細丁	肉絲炒飯	溫瘦夾心肉絲* Q	芹香魷魚丸冬粉	魷魚丸-大∨拆	肉骨茶湯麵	肉骨茶包150g
		糙米漿(2L)光泉		紅蘿蔔		白米		小白菜"		意麵(細)-熟
		糙米漿1L光泉		香菇絲-小把		高麗菜去外葉"		西洋芹"		溫體豬柳 Q
				玉米粒"340g台糖		洋蔥(帶皮)		溫體瘦絞肉*美 Q		白蘿蔔"
				白米		紅蘿蔔		紅蘿蔔		紅蘿蔔
				雞蛋(盒)10入		蔥"		冬粉1斤(14只)		素豆竹
	山藥雞湯	山藥	酸辣湯	豆腐(1.2K)封膜	蜂蜜蛋糕和鮮奶	蜂蜜蛋糕(切8片).	大黃瓜貢丸湯	貢丸(小).	冬瓜米苔苜	米苔苜*無油-切
		光雞切丁"超秦		雞蛋(盒)10入		鮮奶(1L)養樂多"		大黃瓜		珍珠粉圓
		紅蘿蔔		脆筍絲				帶皮蒜瓣		冬瓜糖580g
		薑片"		溫體肉絲**美Q				紅蘿蔔		
		素雞丁∨		木耳大朵(生)美*				素香菇丸∨		
		白米		紅蘿蔔						
				白米						
水果	小番茄		茂	茂谷柑"	鳳	鳳梨	棗	棗子Q	蘋	蘋果
營養	全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量		全穀 豆魚 蔬菜 鮮奶 油脂 熱量		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量		全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量	
	1.0 0.5 0.1 1.0 17		1.2 0.4 0.5 1.0 0.4 205		1.2 0.5 0.2 1.0 0.5 330		1.0 0.5 0.4 1.0 0.3 19		1.0 0.3 0.2 1.0 0.3 172	

食材來源一律使用國產豬牛肉

餐點組老師： 幼兒園教師郭純汎　　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