

北勢國小112學年第一學期學生點心食譜設計表(第十三週)

001

| 11月20日(星期一) |                     |               |  |  | 11月21日(星期二)             |            |               |  |                         | 11月22日(星期三) |  |               |                         |            | 11月23日(星期四) |  |                   |            |  | 11月24日(星期五) |  |               |  |  |
|-------------|---------------------|---------------|--|--|-------------------------|------------|---------------|--|-------------------------|-------------|--|---------------|-------------------------|------------|-------------|--|-------------------|------------|--|-------------|--|---------------|--|--|
| 人數          |                     | 上午49人 下午49+3素 |  |  | 人數                      |            | 上午49人 下午49+3素 |  |                         | 人數          |  | 上午49人 下午49+3素 |                         |            | 人數          |  | 上午49人 下午49+3素     |            |  | 人數          |  | 上午49人 下午49+3素 |  |  |
| 主食          |                     | 鍋貼和鮮奶         |  |  | 主食                      |            | 蔬菜銀魚粥         |  |                         | 主食          |  | 長壽麵           |                         |            | 主食          |  | 洋蔥豬肉燴飯            |            |  | 主食          |  | 校外教學          |  |  |
| 菜名          |                     | 配 料           |  |  | 菜名                      |            | 配 料           |  |                         | 菜名          |  | 配 料           |                         |            | 菜名          |  | 配 料               |            |  | 菜名          |  | 配 料           |  |  |
| 早點          | 鍋貼                  | 祥亮熟鍋貼50入      |  |  | 蔬 菜                     | 小叻魚-特小(乾)  |               |  | 長 壽 麵                   | 三環白麵線3把入    |  |               | 洋 蔥                     | 溫體豬柳 Q     |             |  | 校 外 教 學           | 統一愛心牛奶球.   |  |             |  |               |  |  |
|             | 和 鮮 奶               | 鮮奶(1L)養樂多"    |  |  |                         | 白米         |               |  |                         | 溫體肉絲**美Q    |  |               |                         | 洋蔥(帶皮)     |             |  |                   | 蘋果汁100%" V |  |             |  |               |  |  |
|             |                     |               |  |  |                         | 紅蘿蔔        |               |  |                         | 高麗菜去外葉"     |  |               |                         | 金絲菇"       |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
|             |                     |               |  |  |                         | 雞蛋(盒)10入   |               |  |                         | 香菇(生)"      |  |               |                         | 蔥"         |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
| 午點          | 鮮 奶                 |               |  |  | 粥                       | 高麗菜去外葉"    |               |  |                         | 枸杞-小把       |  |               | 燴 飯                     | 紅蘿蔔        |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
|             |                     |               |  |  |                         | 溫體瘦絞肉*美 Q  |               |  |                         | 薑片"         |  |               |                         | 白米         |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
|             | 羅 宋 湯               | 溫體肉絲**美Q      |  |  | 黑 糖                     | 黑糖(紅糖)450g |               |  | 筍 片                     | 脆筍片         |  |               | 玉 米                     | 玉米粒"340g台糖 |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
|             |                     | 大白菜去外葉"       |  |  |                         | 薑片"        |               |  |                         | 光雞切丁"超泰     |  |               |                         | 玉米醬"425g台糖 |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
| 水 果         |                     | 洋蔥(帶皮)        |  |  | 地 瓜 湯                   |            |               |  |                         | 素雞丁 V (素食)  |  |               | 湯                       | 馬鈴薯"       |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
|             |                     | 牛蕃茄           |  |  |                         |            |               |  |                         | 白米          |  |               |                         | 紅蘿蔔        |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
|             |                     | 紅蘿蔔           |  |  |                         |            |               |  |                         |             |  |               |                         | 溫體瘦絞肉*美 Q  |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
|             |                     | 白米            |  |  |                         |            |               |  |                         |             |  |               |                         | 奶油100g小。   |             |  |                   |            |  |             |  |               |  |  |
| 營 養 素       | 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       |             |  |               | 全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量       |            |             |  | 全穀 豆魚 蔬菜 水果 油脂 熱量 |            |  |             |  |               |  |  |
|             | 0.6 0.4 0.4 0.2 229 |               |  |  | 3.0 1.0 0.2 1.0 0.8 348 |            |               |  | 0.8 1.4 0.2 1.0 0.8 232 |             |  |               | 1.8 0.9 0.2 1.0 1.4 310 |            |             |  | 0.5               |            |  |             |  |               |  |  |

食材來源一律使用國產豬肉  
餐點組老師：

郭純汎 教師

幼兒園主任：

蔡潔昕 主任

校長：

劉俊宏 北勢國民小學 校長