

北勢國小112學年第二學期學生點心食譜設計表(第七週)

3月25日(星期一)		3月26日(星期二)		3月27日(星期三)		3月28日(星期四)		3月29日(星期五)	
主餐	燒賣和鮮奶	主餐	高纖鮭魚粥	主餐	木須炒麵	主餐	親子丼飯	主餐	蕃茄煨麵
菜名	配 料	菜名	配 料	菜名	配 料	菜名	配 料	菜名	配 料
燒賣	金黃燒賣30入	高纖	溫體瘦絞肉*美Q	木須	油麵	親子	洋蔥(帶皮)	蕃茄	牛蕃茄
和鮮奶	金黃燒賣V拆	鮭魚	紅蘿蔔	須炒麵	溫體肉絲**美Q	子丼飯	雞清肉絲(粗)	茄煨	小白菜"
	鮮奶(1L)養樂多"		玉米粒"340g台糖		雞蛋(盒)10入		雞蛋(盒)10入		香菇(生)"
			鮭魚罐-東和190g		木耳大朵(生)美*		青花菜-1K"富士鮮		溫體肉絲**美Q
			白米		高麗菜去外葉"		白米		熱家常麵 刀削
					洋蔥(帶皮)				雞蛋(盒)10入
					紅蘿蔔				交蒜仁"
					絞蒜仁"				蔥"
					韭菜"Q.*				
午餐	溫體肉絲**美Q	黑糖	豆花2Kg(盒)津悅	大黃瓜	貢丸(小).	筍片	脆筍片	五香	白蘿蔔"
生菌	雪白菇100g	糖	八寶豆250g熟小包	黃瓜	大黃瓜	片	溫體小排肉丁*Q美	香	每帶片.
菇	鴻禧菇100g	珍珠	珍珠粉圓	貢丸	絞蒜仁"		薑絲"	滴	豆包(生)55g**
湯	大白菜去外葉"	珠	砂糖"	紅蘿蔔	紅蘿蔔			味	紫菜糕1.2K*
	紅蘿蔔	白米	白米	素香菇丸V	素香菇丸V			和	甘不辣片
	白米							米	醬包(小)35g
								漿	醬皮蒜瓣
									造米漿1L光泉
水果	茂谷柑"	香蕉"Q	芭樂	蘋果	柳橙"Q				
營養	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	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
	1.7 0.5 0.4 0.4 0.2 27	3.0 0.4 0.1 1.0 0.1 36	2.6 1.3 0.7 1.0 1.0 37	1.4 1.5 0.5 1.0 0.6 28	4.9 1.3 0.6 1.0 0.2 51				

食材來源一律使用國產豬牛肉

餐點組老師：

幼兒園郭純汎

幼兒園主任：

附設幼兒園蔡潔昕

校長：

北勢國民小學劉俊宏