

長庚醫療財團法人林口長庚紀念醫院附設桃園市私立長庚幼兒園113年06月份托兒部餐點表

日期	星期	上午點心	主食	主菜	副菜	水果	湯類	下午點心	營養分析						
									全穀根莖(份)	豆魚肉蛋(份)	蔬菜(份)	水果(份)	油脂(份)	奶類(份)	熱量(大卡)
1	六	玉米脆片牛奶	麵食	蔬菜麵					3.3	0.7	1.0	0.0	0.6	1.0	455.5
2	日	端午節放假一天													
3	一	番茄麵	白米飯	古早味玉米瓜仔肉	炒花椰菜	葡萄	金針排骨湯	法式吐司參茶	6.7	2.1	2.2	1.0	2.2	0.0	840.5
4	二	水餃湯	麵食	番茄雞肉筆管麵		芒果	玉米濃湯	綠豆薏仁	6.3	1.8	1.8	1.0	2.2	0.0	780.0
5	三	絲瓜麵線	地瓜飯	蒜泥白肉	蟹肉棒繪絲瓜	西瓜	味噌豆腐湯	芋泥包冬瓜茶	6.0	2.2	1.8	1.0	2.0	0.0	780.0
6	四	草莓麵包牛奶	肉鬆飯	酥炸雞丁	炒扁蒲	香蕉	海結排骨湯	魚片粥	6.5	2.0	2.0	1.0	2.3	1.0	938.5
7	五	肉羹湯	地瓜飯	古早味油飯		蘋果	冬瓜蛤蜊湯	檸檬愛玉黑糖饅頭	6.4	2.2	1.8	1.0	1.9	0.0	803.5
8	六	玉米脆片牛奶	麵食	南瓜麵					3.5	0.8	0.5	0.0	0.5	1.0	460.0
9	日	端午節放假一天													
10	一	端午節放假一天													
11	二	肉鬆地瓜粥	米食	時蔬豬肉燴飯		美濃瓜	芹香蘿蔔湯	紅豆薏仁湯	6.6	1.6	1.0	1.0	2.2	0.0	766.0
12	三	蔬菜麵線	地瓜飯	紅燒滷肉	高麗菜炒豆包	水梨	芹香蘿蔔湯	蒜香厚片牛奶	6.4	2.4	2.2	1.0	2.0	1.0	953.0
13	四	起士麵包牛奶	白米飯	宮保雞丁	炒地瓜葉	哈密瓜	魚片味噌湯	芋頭排骨粥	6.5	2.2	1.8	1.0	2.3	0.0	828.5
14	五	皮蛋瘦肉粥	麥片飯	滷油豆腐	洋蔥炒蛋	奇異果	筍片排骨湯	大滷麵	6.2	2.1	2.0	1.0	2.0	1.0	911.5
15	六	玉米脆片牛奶	麵食	湯餃					3.5	0.8	0.5	0.0	0.5	1.0	460.0
16	日	端午節放假一天													
17	一	鍋燒冬粉	麥片飯	蒜香吻仔魚	蠔油芥蘭	香蕉	大菜心排骨湯	玉米瘦肉粥	6.6	2.4	1.8	1.0	2.0	0.0	837.0
18	二	香菇細肉粥	白米飯	沙茶滑蛋肉絲炒麵		水梨	芹香貢丸湯	地瓜芋圓	6.5	2.0	1.2	1.0	2.4	0.0	803.0
19	三	素麵線	糙米飯	塔香雞丁	芹菜絲炒豆干	葡萄	薑絲蛤蜊湯	山藥糙米排骨粥	6.2	2.4	1.5	1.0	1.9	0.0	797.0
20	四	波蘿麵包枸杞茶	五穀飯	梅干扣肉	炒A菜	芭樂	海帶芽湯	綠豆麥片	6.5	2.1	1.6	1.0	2.1	0.0	807.0
21	五	擔仔麵	白米飯	海味蒸蛋	川燙地瓜葉	西瓜	青菜豆腐湯	肉鬆地瓜粥	6.3	2.4	2.0	1.0	2.2	1.0	950.0
22	六	玉米脆片牛奶	麵食	番茄麵					3.1	0.7	1.0	0.0	0.6	1.0	441.5
23	日	端午節放假一天													
24	一	芋頭米粉湯	地瓜飯	酥炸里肌肉	炒韭菜銀芽	芒果	黃瓜排骨湯	客家板條	6.1	2.3	1.4	1.5	2.1	0.0	819.0
25	二	瓠瓜粥	麵食	咖哩飯		香蕉	玉米濃湯	紅豆地瓜湯圓	6.0	1.8	1.0	1.0	1.9	0.0	725.5
26	三	莧菜吻仔粥	燕麥飯	滷雞腿	蒜炒青江菜	百香果	結頭菜排骨湯	薯餅冬瓜茶	6.4	2.2	1.3	1.0	2.0	0.0	795.5
27	四	藍莓麵包枸杞茶	芝麻飯	白蘿蔔滷肉	炒高麗菜	香蕉	香菇雞湯	QQ仙草蜜	6.6	2.0	2.0	1.0	2.1	0.0	816.5
28	五	餛飩麵	麵食	絲瓜繪豆皮	番茄炒蛋	水梨	海帶芽味噌湯	黑糖饅頭參茶	6.0	1.8	2.0	1.0	2.4	1.0	893.0
29	六	玉米脆片牛奶	麵食	雞絲麵					3.5	0.5	1.0	0.0	0.6	1.0	454.5
30	日	端午節放假一天													

附註：1. 本食譜及水果的供應會因颱風、送貨或不可抗拒之原因做小幅更動。
 2. 配合政府週五無肉日，每週五盡量不添加各式肉品。
 3. 本園使用的豬肉產品供應都來自國內各縣市拍賣市場及牧場豬，供應商為雅勝冷凍食品股份有限公司。