

# 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 110學年度第二學期第1週食譜設計

材料用量

日期	早點		午點		營養分析
月					
日					
月					
日					
月					
日					
2月11日 星期五	<b>蛋花湯</b> 雞蛋 0.3Kg 青蔥珠 0.1Kg	<b>蔥抓餅</b> 冷凍蔥油餅(蔥抓) 15張	<b>玉米脆片</b> 玉米脆片(原味) 2盒 五彩球 1盒	<b>鮮奶</b> 全脂鮮乳(光泉家庭號) 2瓶	熱量： 510大卡 醣類： 93.5 g 脂肪： 7.7 g 蛋白質： 15.2 g 膳食纖維： 0.1 g 鈉： 12.0mg 鈣： 4.9mg
餐數					30

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

設計：

午餐秘書：

校長：

A14-幼午 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 110學年度第二學期第1週食譜設計

材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
月							
日							
月							
日							
月							
日							
月							
日							
2月11日	炒麵	肉絲炒麵	三角油豆腐	炒青花椰菜	酸辣湯	蘋果	醣類： 103.9 g 脂肪： 9.4 g 蛋白質： 33.9 g 熱量： 631大卡
星期		黃油麵 4Kg 豬後腿肉(肉絲) 1.2Kg 甘藍(切片) 0.6Kg 洋蔥絲 0.3Kg 胡蘿蔔絲 0.2Kg 木耳絲 0.1Kg 韭菜切段 0.1Kg	三角油豆腐大-個 35個 滷包-包 1個	冷凍青花菜 2.5Kg 大蒜(蒜末) 0.1Kg 香菇切片 0.1Kg	豆腐細(300g封膜)(盒) 1盒 金針菇 0.2Kg 胡蘿蔔絲 0.2Kg 脆筍絲(醃) 0.2Kg 雞蛋 0.2Kg 木耳絲 0.1Kg		
餐數							
33							

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

設計

午餐秘書：

校長：

# 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 110學年度第二學期第2週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析		
2月14日 星期一	<b>鍋燒意麵</b>	<b>關東煮</b>	熱量： 202大卡 醣類： 22.6 g 脂肪： 7.0 g 蛋白質： 13.2 g 膳食纖維： 1.0 g 鈉： 114.1mg 鈣： 59.8mg		
	鍋燒意麵 12包 豬後腿肉(肉絲) 0.6Kg 雞蛋 0.6Kg 甘藍(切片) 0.5Kg	白蘿蔔 1.2Kg 玉米穗塊 1Kg 小四角油丁 0.5Kg 天婦羅(黑輪切片國產) 0.5Kg 豬血糕丁 0.5Kg			
餐數	30				
2月15日 星期二	<b>水餃</b>	<b>蔬菜豆腐湯</b>	<b>豆漿</b>	<b>羊角麵包</b>	熱量： 260大卡 醣類： 32.1 g 脂肪： 9.9 g 蛋白質： 11.3 g 膳食纖維： 4.6 g 鈉： 78.0mg 鈣： 36.9mg
	水餃(200粒/包) 96個	柴魚片(10g/包) 2包 豆腐粗(1.2K封膜)(盒) 1盒 小白菜切段 0.5Kg	豆漿家庭號(1857 ml) 2瓶	羊角麵包(6入) 5包 羊角麵包(2入) 1組	
餐數	30				
2月16日 星期三	<b>大滷麵</b>		<b>黑糖奶香包</b>	<b>米漿</b>	熱量： 626大卡 醣類： 117.7 g 脂肪： 7.7 g 蛋白質： 21.3 g 膳食纖維： 2.2 g 鈉： 125.8mg 鈣： 26.3mg
	黃油麵 2.5Kg 豬後腿肉(肉絲) 0.5Kg 包心白菜切粗絲 0.3Kg 香菇切片 0.2Kg 木耳絲 0.1Kg 胡蘿蔔絲 0.1Kg		黑糖紅豆短版 32個	光泉米漿家庭號(1857 ml) 2瓶	
餐數	30				
2月17日 星期四	<b>南瓜鮮蔬粥</b>		<b>紅豆薏仁湯</b>		熱量： 236大卡 醣類： 53.2 g 脂肪： 0.7 g 蛋白質： 7.6 g 膳食纖維： 2.7 g 鈉： 4.9mg 鈣： 30.0mg
	甘藍(高麗菜) 0.6Kg 南瓜-中丁 0.6Kg 豬絞肉(絞肉) 0.3Kg 鮑魚菇 0.3Kg		二砂(1kg) 1包 紅豆 0.5Kg 小薏仁 0.2Kg		
餐數	30				
2月18日 星期五	<b>什錦粿仔條</b>		<b>葡萄乾吐司</b>	<b>鮮奶</b>	熱量： 454大卡 醣類： 57.4 g 脂肪： 18.5 g 蛋白質： 15.5 g 膳食纖維： 0.2 g 鈉： 4.6mg 鈣： 12.1mg
	板條-切 2Kg 小白菜切段 0.3Kg 豬後腿肉(肉絲) 0.3Kg 非基改豆皮 0.1Kg		葡萄乾吐司(大)(20片) 2條	全脂鮮乳(光泉家庭號) 2瓶	
餐數	30				

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

設計：

午餐秘書：

校長：

A14-幼午 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 110學年度第二學期第2週食譜設計

材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
2月14日 星期一	白米飯	沙茶肉片 豬大里肌(瘦肉片) 2Kg 沙茶醬牛頭牌-玻 1罐 甘藍(切片) 0.3Kg 洋蔥中丁 0.3Kg 青蔥段 0.1Kg	蕃茄炒蛋 雞蛋 1.5Kg 蕃茄去蒂頭 1Kg 蔥花 0.1Kg	炒油菜 油菜切段 2Kg 大蒜(蒜末) 0.1Kg	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔中丁 1Kg 豬上肩肉(排骨丁肉多) 0.3Kg 薑絲 0.1Kg	蘋果	醣類： 16.4 g 脂肪： 9.5 g 蛋白質： 20.1 g 熱量： 222大卡
2月15日 星期二	糙米飯	麻油雞 骨腿(骨腿丁) 2.5Kg 杏鮑菇切塊 0.5Kg 老薑片 0.1Kg	豆干炒肉絲 豆干絲-非基改 1Kg 豬後腿肉(肉絲) 0.6Kg 木耳絲 0.2Kg 芹菜切段 0.2Kg 胡蘿蔔絲 0.1Kg	薑絲小白菜 小白菜切段 2Kg 薑絲 0.1Kg	南瓜鮮菇湯 南瓜-大丁 0.8Kg 豬骨(大骨) 0.3Kg 金針菇 0.2Kg 薑絲 0.1Kg	柳丁	醣類： 10.1 g 脂肪： 10.0 g 蛋白質： 24.9 g 熱量： 229大卡
2月16日 星期三	炒飯	夏威夷炒飯 甘藍(粗絲) 1Kg 鳳梨罐頭-中 1罐 豬後腿肉(肉絲) 0.8Kg 洋蔥中丁 0.6Kg 三色丁 0.5Kg 雞蛋 0.3Kg 蔥花 0.1Kg	滷福州丸 福州丸(CAS) 35個 滷包-包 1個	炒青江菜 青江菜切段 2Kg 大蒜(蒜末) 0.1Kg	冬瓜排骨湯 冬瓜中丁 1Kg 豬上肩肉(排骨丁肉多) 0.3Kg 薑絲 0.1Kg	蕃茄	醣類： 59.3 g 脂肪： 17.1 g 蛋白質： 23.5 g 熱量： 446大卡
2月17日 星期四	糙米飯	酥炸蝦排 蝦排 35個	咖哩豆腐 豆腐粗(1.2K封膜)(盒) 2盒 佛蒙特甜味咖哩塊 1盒 洋蔥中丁 0.3Kg 馬鈴薯(中丁) 0.3Kg 豬絞肉(絞肉) 0.3Kg 蔥花 0.1Kg	炒高麗菜 甘藍(切片) 2Kg 大蒜(蒜末) 0.1Kg	海芽蛋花湯 乾裙帶菜(兩) 1兩 雞蛋 0.5Kg 豬骨(大骨) 0.3Kg 薑絲 0.1Kg	西瓜	醣類： 26.3 g 脂肪： 16.1 g 蛋白質： 18.6 g 熱量： 315大卡
2月18日 星期五	白米飯	香滷雞腿 棒棒腿 35支 小磨坊滷包(小包)-菜金 1包	彩頭羹 白蘿蔔中丁 1.2Kg 貢丸片(台灣) 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.3Kg 胡蘿蔔小丁 0.3Kg 芹菜珠 0.1Kg	炒菠菜 菠菜切段 2Kg 大蒜(蒜末) 0.1Kg	結頭排骨湯 球莖甘藍(結頭菜中丁) 1.5Kg 豬上肩肉(排骨丁肉多) 0.3Kg	茂谷柑	醣類： 18.2 g 脂肪： 11.3 g 蛋白質： 19.7 g 熱量： 249大卡

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

設計

午餐秘書：

校長：