

# 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 111學年度第一學期第1週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點		營養分析
月				
日				
8月30日 星期二	<b>奶油餐包</b> 奶油餐包 29個	<b>保久乳</b> 低脂保久乳-福樂 29瓶	<b>波蜜果菜汁</b> 波蜜果菜汁(160ml*白) 29瓶	熱量： 849大卡 醣類： 92.3 g 脂肪： 40.1 g 蛋白質： 32.1 g 膳食纖維： 0.0 g 鈉： 472.6mg 鈣： 1063.3mg
餐數 27				
8月31日 星期三	<b>鍋燒意麵</b> 鍋燒意麵(粒) 12粒 前腿肉絲*溫 0.5Kg 高麗菜(切片) 0.5Kg 雞蛋(kg) 0.5Kg	<b>豆漿</b> 豆漿家庭號(1857ml*光泉) 2瓶	<b>銀絲卷</b> 銀絲卷(南山小) 30個	熱量： 325大卡 醣類： 47.3 g 脂肪： 8.6 g 蛋白質： 15.2 g 膳食纖維： 5.1 g 鈉： 158.0mg 鈣： 38.5mg
餐數 27				
9月1日 星期四	<b>客家米粉湯</b> 蝦皮(兩) 1兩 米粉 0.8Kg 前腿肉絲*溫 0.5Kg 高麗菜(切片) 0.5Kg 生香菇 0.1Kg 芹菜 0.1Kg	<b>紅豆薏仁湯</b> 二砂糖(1Kg*包) 1包 小薏仁 0.5Kg 紅豆 0.5Kg		熱量： 407大卡 醣類： 89.8 g 脂肪： 1.3 g 蛋白質： 10.8 g 膳食纖維： 4.1 g 鈉： 76.5mg 鈣： 35.8mg
餐數 27				
9月2日 星期五	<b>水餃</b> 熟水餃(個*奇美味你好) 60個	<b>蛋花湯</b> 雞蛋(kg) 0.5Kg 青蔥 0.1Kg	<b>統一布丁</b> 統一布丁(100g*個) 29個	熱量： 222大卡 醣類： 28.4 g 脂肪： 8.8 g 蛋白質： 7.6 g 膳食纖維： 0.1 g 鈉： 22.2mg 鈣： 7.4mg
餐數 27				

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 111學年度第一學期第1週食譜設計

材料用量

C

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
月 日							
月 日							
8月31日 星期三	炒飯	火腿玉米炒飯 高麗菜(粗絲) 1Kg 雞蛋(kg) 1Kg 洋蔥(中丁) 0.3Kg 火腿丁(KG*國產) 0.2Kg 玉米粒(Q) 0.2Kg 蔥花 0.1Kg	滷油腐 大四角油豆腐(55g*個) 33個 滷包 1個	炒青江菜 青江菜(切段) 2Kg 蒜末 0.1Kg	冬瓜排骨湯 冬瓜(中丁) 1Kg 小排骨肉多*溫 0.3Kg 薑絲 0.1Kg	香蕉	醣類： 24.2 g 脂肪： 9.6 g 蛋白質： 15.4 g 熱量： 228大卡
餐數 31							
9月1日 星期四	糙米飯	米血滷雞 骨腿(骨腿丁) 2.5Kg 米血切丁(CAS) 0.5Kg 老薑片 0.1Kg	木須炒蛋 雞蛋(kg) 1.5Kg 木耳絲 0.1Kg 洋蔥(切絲) 0.1Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg	炒萵苣 大陸妹(切段) 2Kg 蒜末 0.1Kg	胡瓜丸片湯 胡瓜(切片) 1.2Kg 貢丸(切片*台灣) 0.6Kg 薑絲 0.1Kg	芭樂	醣類： 819.7 g 脂肪： 488.9 g 蛋白質： 950.6 g 熱量： 11235大卡
9月2日 星期五	白米飯	豆輪肉燥 豬絞肉(絞肉*溫) 2Kg 小小豆輪 0.5Kg 洋蔥(中丁) 0.5Kg 青蔥(珠) 0.1Kg	香菇豆腐 傳統豆腐(2k*盒) 1盒 豬絞肉(絞肉*溫) 0.3Kg 木耳絲 0.2Kg 生香菇(切) 0.1Kg 蔥花 0.1Kg 鴻喜菇 0.1Kg	炒油菜 油菜(切段) 2Kg 蒜末 0.1Kg	海芽蛋花湯 乾海芽(兩) 1兩 雞蛋(kg) 0.5Kg 大骨*溫 0.3Kg 薑絲 0.1Kg	西瓜	醣類： 17.2 g 脂肪： 12.2 g 蛋白質： 26.0 g 熱量： 227大卡
餐數 31							

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：