

# 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 111學年度第二學期第3週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析
月			
日			
3月1日	水餃	海芽味噌湯	桂冠菜肉包
星期三	熟水餃(個*奇美味你好) 80個	味噌(140g*包) 1包 乾海芽(兩) 1兩	菜肉包(桂冠) 27個
餐數 25			鮮奶
			鮮奶(家庭號*光泉) 2瓶
			熱量： 440大卡 醣類： 54.0 g 脂肪： 18.4 g 蛋白質： 15.5 g 膳食纖維： 0.0 g 鈉： 0.0mg 鈣： 0.0mg
3月2日	芋頭粥		綠豆薏仁湯
星期四	冷凍芋頭(大丁) 1Kg 蝦米(冬蝦*兩) 1兩 前腿絞肉*米迪M 0.6Kg 高麗菜 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.2Kg		小薏仁 0.8Kg 綠豆 0.8Kg
餐數 25			
3月3日	鍋燒雞絲麵		豆漿
星期五	雞絲麵(粒) 10粒 高麗菜 0.8Kg 雞蛋(kg) 0.8Kg 小貢丸(慶豐) 0.6Kg 金針菇 0.1Kg		豆漿家庭號(1857ml*光泉) 2瓶
餐數 25			草莓麵包
			草莓麵包(60g*來德) 27個
			熱量： 518大卡 醣類： 54.0 g 脂肪： 25.8 g 蛋白質： 18.3 g 膳食纖維： 5.6 g 鈉： 713.1mg 鈣： 44.7mg

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：

J04 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 111學年度第二學期第3週食譜設計

材料用量

4

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
月 日							
月 日							
3月1日 星期三	白米飯	什錦羹飯 柴魚片(10g/包) 2包 大白菜(切粗絲) 1.2Kg 赤肉羹(裕興) 1Kg 芹菜(兩) 1兩 金針菇 0.2Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg	校園滷味 滷包 1個 小四角油豆腐丁(Kg*榮)L 0.6Kg 小魚輪(KG) 0.6Kg 米血切丁(CAS) 0.6Kg 海帶結 0.5Kg	炒油菜 油菜(切段) 2Kg 青蔥 0.2Kg 蒜仁 0.2Kg 薑母 0.2Kg		柳丁	醣類： 91.0 g 脂肪： 10.5 g 蛋白質： 24.5 g 熱量： 558大卡
餐數 33							
3月2日 星期四	白米飯	香滷雞排 雞腿排(味鮮) 32個	螞蟻上樹 高麗菜(粗絲) 1.2Kg 冬粉(Kg*小捆) 0.5Kg 前腿絞肉*米迪M 0.3Kg 木耳絲 0.1Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg	炒菠菜 菠菜(切段) 2Kg	結頭排骨湯 結頭菜(中丁) 2Kg 小排骨*米迪M 0.3Kg	葡萄	醣類： 23.9 g 脂肪： 3.3 g 蛋白質： 11.1 g 熱量： 165大卡
餐數 33							
3月3日 星期五	白米飯	麥克雞塊 麥克雞塊(個) 102個	魚香豆腐 豆瓣醬(哈哈*450g) 1瓶 傳統豆腐(2k*盒)L 1盒 前腿絞肉*米迪M 0.5Kg 三色豆(CAS) 0.1Kg	炒青江菜 青江菜(切段) 2Kg	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔(中丁) 2Kg 小排骨*米迪M 0.3Kg 芹菜(珠) 0.1Kg	茂谷柑	醣類： 18.9 g 脂肪： 9.1 g 蛋白質： 16.7 g 熱量： 220大卡
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：