

# 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 111學年度第二學期第12週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析
5月1日 星期一	<b>大滷麵</b>	<b>麥芽牛奶</b>	<b>葡萄乾吐司</b>
	黃油麵 2.5Kg 大白菜(切片) 0.3Kg 赤肉羹(裕興) 0.3Kg 前腿肉絲*陸輝 0.3Kg 生香菇(切) 0.1Kg	麥芽牛奶(936ml*光泉) 4瓶	葡萄乾吐司(大)20片/條 2條
餐數	30		
5月2日 星期二	<b>酸辣湯餃</b>	<b>奶油餐包</b>	<b>豆漿</b>
	巧好生水餃(個*桂冠) 60個 中華豆腐(300g) 1盒 脆筍絲(醃) 0.2Kg 木耳絲 0.1Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg	鹹奶油小餐包(35g*陳義發) 30個	豆漿家庭號(1857ml*光泉) 2瓶
餐數	30		
5月3日 星期三	<b>皮蛋瘦肉粥</b>	<b>珍珠丸子</b>	<b>蛋花湯</b>
	皮蛋(個)G 8個 雞蛋(kg)G 0.5Kg 高麗菜(切片) 0.3Kg 豬絞肉(絞肉*米迪)M 0.3Kg 玉米粒(Q) 0.2Kg	白珍珠丸(個) 60個	雞蛋(kg)G 0.5Kg
餐數	30		
5月4日 星期四	<b>冬粉什錦湯</b>	<b>蜂蜜蛋糕</b>	<b>鮮奶</b>
	冬粉(Kg*小捆) 0.5Kg 前腿肉絲*陸輝 0.5Kg 高麗菜 0.5Kg 魚板片(國產) 0.2Kg 芹菜 0.1Kg	蜂蜜蛋糕(南山)約8片 4盒	鮮奶(家庭號*光泉) 2瓶
餐數	30		
5月5日 星期五	<b>小肉圓</b>	<b>味噌豆腐湯</b>	<b>雞蛋饅頭</b>
	肉圓(50g*奇津) 30個	味噌(140g*包) 2包 豆腐(1.2K*盒)L 1盒	雞蛋小饅頭(20g) 60個
餐數	30		米漿家庭號(1857ml*光泉) 2瓶 熱量： 274大卡 醣類： 55.0 g 脂肪： 2.7 g 蛋白質： 7.9 g 膳食纖維： 1.3 g 鈉： 15.5mg 鈣： 10.5mg

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12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
5月1日 星期一	白米飯	百頁肉燥 豬絞肉(絞肉*讚成) 1.8Kg 百頁豆腐(24丁*兆) 0.8Kg 洋蔥(中丁) 0.5Kg 青蔥(珠) 0.1Kg	胡瓜炒菇 胡瓜(大丁) 1.5Kg 生香菇(切) 0.3Kg 木耳絲 0.1Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg 薑絲 0.1Kg	炒大陸妹 大陸妹(切段) 2Kg 蒜末 0.1Kg	玉米蛋花湯 大骨*米迪M 0.5Kg 雞蛋(kg)G 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.3Kg	肚臍橙	醣類： 9.0 g 脂肪： 7.0 g 蛋白質： 20.5 g 熱量： 180大卡
餐數 33							
5月2日 星期二	白米飯	洋蔥雞丁 骨腿(骨腿丁) 3Kg 洋蔥(去皮) 0.5Kg 彩椒 0.1Kg	日式蒸蛋 雞蛋(kg)G 1.2Kg 柴魚片(10g/包) 1包 玉米粒(Q) 0.2Kg	炒小白菜 小白菜(切段) 2Kg 蒜末 0.1Kg	南瓜珍菇湯 南瓜(中丁) 1Kg 大骨*米迪M 0.3Kg 金針菇 0.1Kg	鳳梨	醣類： 11.7 g 脂肪： 12.0 g 蛋白質： 23.8 g 熱量： 250大卡
餐數 33							
5月3日 星期三	炒麵	肉絲炒麵 黃油麵 4Kg 前腿肉絲*陸輝 1Kg 高麗菜(切片) 0.6Kg 洋蔥(切絲) 0.3Kg 木耳絲 0.1Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg 韭菜(切段) 0.1Kg	滷香菇貢丸 香菇貢丸(慶豐) 33Kg 滷包 1個	炒青江菜 青江菜(切段) 2Kg 薑絲 0.1Kg	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔(中丁) 1.5Kg 小排骨*陸輝 0.3Kg 芹菜(珠) 0.1Kg	香蕉	醣類： 127.4 g 脂肪： 168.2 g 蛋白質： 180.0 g 熱量： 2729大卡
餐數 33							
5月4日 星期四	糙米飯	香酥虱目魚排 虱目魚排CAS(恰恰*60g) 33片	校園滷味 滷包 1個 小豆干對切三角*榮L 0.6Kg 米血切丁(CAS) 0.6Kg 小貢丸(慶豐) 0.5Kg 海帶結 0.5Kg	炒絲瓜 絲瓜(切片) 2Kg 蒜末 0.1Kg	酸辣湯 豆腐(1.2K*盒)L 1盒 豬血 0.5Kg 雞蛋(kg)G 0.3Kg 木耳絲 0.1Kg 脆筍絲(醃) 0.1Kg	芭樂	醣類： 17.0 g 脂肪： 14.1 g 蛋白質： 26.5 g 熱量： 300大卡
餐數 33							
5月5日 星期五	白米飯	咖哩雞丁 骨腿(骨腿丁) 2.5Kg 佛蒙特咖哩塊(230g*甜味) 1盒 馬鈴薯(中丁) 0.6Kg 洋蔥(中丁) 0.5Kg 胡蘿蔔(中丁) 0.3Kg	玉米炒蛋 玉米粒(Q) 1Kg 雞蛋(kg)G 1Kg 洋蔥(中丁) 0.3Kg 青蔥(珠) 0.1Kg	炒高麗菜 高麗菜(切片) 2Kg 蒜末 0.1Kg	冬瓜蛤仔湯 冬瓜(大丁) 1.5Kg 蛤仔(Q) 0.3Kg 薑絲 0.1Kg	木瓜	醣類： 27.8 g 脂肪： 10.9 g 蛋白質： 21.8 g 熱量： 293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：