

彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 111學年度第二學期第15週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析		
5月22日 星期一	鍋燒麵 鍋燒意麵(粒) 10粒 大陸妹(切段) 0.5Kg 雞蛋(kg)G 0.5Kg 小貢丸(慶豐) 0.3Kg 秀珍菇 0.1Kg	紅豆餐包 小紅豆餐包(35g*陳義發) 30個	麥芽牛奶 麥芽牛奶(936ml*光泉) 4瓶	熱量： 276大卡 醣類： 32.3 g 脂肪： 11.1 g 蛋白質： 12.0 g 膳食纖維： 0.0 g 鈉： 19.8mg 鈣： 4.4mg	
餐數	30				
5月23日 星期二	芋頭排骨粥 蝦皮(兩) 1兩 冷凍芋頭(大丁) 0.6Kg 軟骨丁*米迪M 0.6Kg 高麗菜(切片) 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.2Kg 芹菜(珠) 0.1Kg	仙草奶凍 全脂鮮乳(老媽936) 2瓶 仙草凍(2k*包)榮L 1包	熱量： 87大卡 醣類： 9.4 g 脂肪： 3.7 g 蛋白質： 4.0 g 膳食纖維： 0.8 g 鈉： 55.6mg 鈣： 84.3mg		
餐數	30				
5月24日 星期三	麵線糊 香菜(兩) 1兩 大白菜(切粗絲) 0.8Kg 紅麵線(切) 0.6Kg 肉羹(慶豐) 0.5Kg 木耳絲 0.1Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg	黑糖饅頭 黑糖饅頭(35g*南山) 30個	豆漿 豆漿家庭號(1857ml*光泉) 2瓶	熱量： 289大卡 醣類： 47.0 g 脂肪： 6.7 g 蛋白質： 10.9 g 膳食纖維： 5.0 g 鈉： 685.0mg 鈣： 39.0mg	
餐數	30				
5月25日 星期四	黃金蘿蔔糕 禎祥蘿蔔糕(80g*片)大 30片 雞蛋(kg)G 0.6Kg 青蔥 0.1Kg	蔬菜豆腐湯 豆腐(1.2K*盒)L 1盒 大陸妹 0.3Kg 生香菇(切) 0.1Kg	杯子蛋糕 杯子蛋糕(6入*南山) 5包	鮮奶 鮮奶(家庭號*光泉) 2瓶	熱量： 255大卡 醣類： 27.1 g 脂肪： 12.1 g 蛋白質： 9.9 g 膳食纖維： 1.3 g 鈉： 242.3mg 鈣： 16.8mg
餐數	30				
5月26日 星期五	客家板條湯 板條(盛家) 1.2Kg 芹菜(兩) 1兩 乾香菇朵(兩) 1兩 小白菜(切段) 0.5Kg 前腿肉絲*米迪M 0.5Kg	玉兔包 玉兔包(30g*個) 30個	米漿 米漿家庭號(1857ml*光泉) 2瓶	熱量： 234大卡 醣類： 33.3 g 脂肪： 7.5 g 蛋白質： 9.0 g 膳食纖維： 1.2 g 鈉： 9.5mg 鈣： 22.6mg	
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：

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15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22日 星期一	白米飯	咖哩雞 胥腿(胥腿丁) 3Kg 佛蒙特咖哩塊(230g*甜味) 1盒 馬鈴薯(中丁) 1Kg 胡蘿蔔(小丁) 0.3Kg	豆皮白菜 大白菜(切片) 2.5Kg 非基改豆皮(條) 2條 木耳絲 0.2Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.2Kg	炒大陸妹 大陸妹(切段) 2Kg 蒜末 0.1Kg	古早味貢丸湯 小貢丸(慶豐) 1Kg 芹菜(珠) 0.1Kg	蘋果	醣類： 72.2 g 脂肪： 16.5 g 蛋白質： 34.9 g 熱量： 564大卡
5月23日 星期二	糙米飯	五更腸旺 火鍋肉片*陸輝 1Kg 麵腸(切片*榮)L 1Kg 金針菇 0.4Kg 酸菜絲(醃) 0.3Kg	黃瓜燴魚丸 胡瓜(切片) 2Kg 小魚丸 0.5Kg 生香菇(切) 0.1Kg 蒜末 0.1Kg	炒小白菜 小白菜(切段) 2Kg 薑絲 0.1Kg	珍菇雪花湯 雞蛋(kg)G 0.6Kg 大骨*米迪M 0.5Kg 金針菇 0.1Kg 青蔥(珠) 0.1Kg	小番茄	醣類： 65.9 g 脂肪： 5.1 g 蛋白質： 26.6 g 熱量： 417大卡
5月24日 星期三	白油麵	奶油培根義大利麵 白油麵 3Kg 白醬料理塊 1盒 洋蔥(中丁) 0.5Kg 碎培根(台灣) 0.5Kg 三色豆(CAS) 0.1Kg	薯餅 大薯餅 33片	炒空心菜 空心菜(切段) 2Kg 蒜末 0.1Kg	玉米濃湯 康寶(素)金黃玉米濃湯包 2包 雞蛋(kg)G 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.2Kg	鳳梨	醣類： 57.5 g 脂肪： 11.4 g 蛋白質： 12.3 g 熱量： 376大卡
5月25日 星期四	糙米飯	黃金蝦排 蝦排(60g*CAS源) 33片	草菇豆腐 傳統豆腐(2k*盒)L 1盒 豬絞肉(絞肉*陸輝) 0.5Kg 生香菇(切) 0.2Kg 秀珍菇 0.2Kg 青蔥(切段) 0.1Kg	炒高麗菜 高麗菜(切片) 2Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg 蒜末 0.1Kg	蒲瓜玉米湯 蒲瓜(大丁) 1.2Kg 大骨*米迪M 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.2Kg	木瓜	醣類： 70.0 g 脂肪： 9.1 g 蛋白質： 19.3 g 熱量： 441大卡
5月26日 星期五	白米飯	豆輪肉燥 豬絞肉(粗絞肉*陸) 2Kg 洋蔥(中丁) 0.5Kg 小小豆輪 0.4Kg 青蔥(珠) 0.1Kg	絲瓜炒蛋 絲瓜(切片) 2Kg 雞蛋(kg)G 0.6Kg 白麵線 0.2Kg	炒青江菜 青江菜(切段) 2Kg 蒜末 0.1Kg	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔(中丁) 1.2Kg 中骨*陸輝 0.3Kg 芹菜(珠) 0.1Kg	肚臍橙	醣類： 64.1 g 脂肪： 8.6 g 蛋白質： 31.1 g 熱量： 458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：