

彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 112學年度第一學期第18週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析
12月25日 星期一	黑糖小饅頭	豆漿	銅鑼燒
	黑糖小饅頭(桂冠*個) 58個	豆漿家庭號(1857ml*光泉) 1瓶 無糖豆漿(家庭號*統一) 1瓶	銅鑼燒 29個
餐數 27			小蕃茄
			小蕃茄(kg) 1.3Kg
			熱量： 396大卡 醣類： 59.5 g 脂肪： 13.0 g 蛋白質： 11.5 g 膳食纖維： 2.9 g 鈉： 39.3mg 鈣： 16.3mg
12月26日 星期二	冰心地瓜	鮮奶	美濃瓜
	冰心地瓜(條*Q) 29條	一番鮮鮮奶(930ml*福樂) 4瓶	美濃瓜(粒) 7粒
餐數 27			南瓜濃湯
			玉米濃湯粉(0.5K) 1包 南瓜 1Kg 雞蛋(kg)G 0.8Kg
			熱量： 510大卡 醣類： 96.7 g 脂肪： 6.4 g 蛋白質： 18.0 g 膳食纖維： 0.7 g 鈉： 39.7mg 鈣： 13.0mg
12月27日 星期三	肉包	蔬菜豆腐湯	糙米漿
	醬燒小肉包(30g*桂冠) 35個 醬燒小肉包(30g*桂冠)備 2個	中華豆腐(300g) 2盒 小白菜 0.4Kg	薏仁糙米漿(家庭號*光泉) 2瓶
餐數 27			柳丁
			柳丁(Q*#21) 14個
			熱量： 269大卡 醣類： 49.4 g 脂肪： 5.8 g 蛋白質： 5.9 g 膳食纖維： 2.3 g 鈉： 12.8mg 鈣： 34.5mg
12月28日 星期四	奶油餐包	鮮奶	綠豆湯
	奶油餐包(陳義發) 29個	一番鮮鮮奶(930ml*福樂) 4瓶	綠豆 0.5Kg
餐數 27			蘋果
			蘋果(#113*粒)燕 7粒
			熱量： 448大卡 醣類： 89.2 g 脂肪： 3.5 g 蛋白質： 16.5 g 膳食纖維： 2.5 g 鈉： 1.0mg 鈣： 26.9mg
12月29日 星期五	胡蘿蔔吐司	豆米漿	橘子
	胡蘿蔔吐司(大)20片/條 2條	米漿家庭號(1857ml*光泉) 1瓶 無糖豆漿(家庭號*統一) 1瓶	橘子(個#21)西螺Q 12個
餐數 27			雞茸玉米粥
			清雞肉丁 0.5Kg 雞蛋(kg)G 0.5Kg 高麗菜 0.3Kg 玉米粒(Q) 0.1Kg
			熱量： 423大卡 醣類： 61.0 g 脂肪： 15.3 g 蛋白質： 11.4 g 膳食纖維： 0.7 g 鈉： 33.8mg 鈣： 13.4mg

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：