

彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 112學年度第一學期第19週食譜設計

材料用量

日期	早點		午點		營養分析
月 日					
1 月 2 日 星期 二	燒賣 鮮肉燒賣(20g*個) 60個	豆漿 豆漿家庭號(1857ml*光泉) 1瓶 無糖豆漿(家庭號*統一) 1瓶	柳丁 柳丁(Q*#21) 14個	綠豆薏仁湯 小薏仁 0.3Kg 綠豆 0.3Kg	熱量： 265大卡 醣類： 39.9 g 脂肪： 6.6 g 蛋白質： 12.3 g 膳食纖維： 5.1 g 鈉： 37.4mg 鈣： 39.1mg
餐數 27					
1 月 3 日 星期 三	南瓜雜糧饅頭 南瓜雜糧小饅頭(30/巧好) 37個	豆米漿 米漿家庭號(1857ml*光泉) 1瓶 無糖豆漿(家庭號*統一) 1瓶	香蕉 香蕉(Q*大志) 29條	關東煮 新鮮玉米(切段) 1Kg 小貢丸(嘉楠) 0.5Kg 小黑輪條(KG) 0.5Kg 米血切丁(CAS) 0.5Kg	熱量： 377大卡 醣類： 65.0 g 脂肪： 7.2 g 蛋白質： 16.0 g 膳食纖維： 2.2 g 鈉： 79.3mg 鈣： 15.3mg
餐數 27					
1 月 4 日 星期 四	肉包 醬燒小肉包(30g*桂冠) 35個 醬燒小肉包(30g*桂冠)備 2個	味噌豆腐湯 中華豆腐(300g) 2盒 味噌(140g*包) 1包	紅豆地瓜湯 二砂糖(1Kg*包) 1包 地瓜 1Kg 紅豆 0.5Kg	橘子 橘子(個#21)西螺Q 12個	熱量： 426大卡 醣類： 86.3 g 脂肪： 5.5 g 蛋白質： 9.8 g 膳食纖維： 3.1 g 鈉： 15.2mg 鈣： 32.6mg
餐數 27					
1 月 5 日 星期 五	葡萄乾吐司 葡萄乾吐司(大)20片/條 2條	鮮奶 一番鮮鮮奶(930ml*福樂) 4瓶	蘋果 蘋果(#113*粒)燕 7粒	玉米芙蓉粥 玉米粒罐-小 1罐 高麗菜 0.6Kg 雞蛋(kg)G 0.6Kg 生香菇 0.2Kg	熱量： 687大卡 醣類： 116.1 g 脂肪： 16.0 g 蛋白質： 21.1 g 膳食纖維： 0.7 g 鈉： 31.0mg 鈣： 17.6mg
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：