

彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 112學年度第一學期第21週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析
1 月 15 日 星期 一	紅豆包 桂冠小紅豆包(30g) 35粒	鮮奶 一番鮮鮮奶(930ml*福樂) 4瓶	鍋燒雞絲麵 雞絲麵(粒) 11粒 高麗菜 0.5Kg 雞蛋(kg)G 0.5Kg 前腿肉絲*米迪M 0.3Kg
1 月 16 日 星期 二	芋頭什錦粥 玉米粒罐-小 1罐 冷凍芋頭(大丁) 0.6Kg 前腿肉絲*米迪M 0.5Kg 高麗菜 0.3Kg	紅豆紫米湯 紅豆 0.4Kg 紫米 0.4Kg	柳丁 柳丁(Q*#21) 14個
1 月 17 日 星期 三	黑糖卷 黑糖捲(70g*大家) 28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	茂谷柑 茂谷柑(個#21)西螺Q 28個
1 月 18 日 星期 四	小肉圓 肉圓(50g*奇津) 28個	蔬菜豆腐湯 中華豆腐(300g) 2盒 小白菜 0.4Kg	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
1 月 19 日 星期 五	茂谷柑 茂谷柑(個#21)西螺Q 15個	蘇打餅乾 蘇打餅乾 56包	肉包 醬燒小肉包(30g*桂冠) 35個
1 月 20 日 星期 六	牛奶餅乾 牛奶小餅乾 28包	蘋果 蘋果(#113*粒)燕 6粒	豆漿 低糖豆漿家庭號(1857ml*光 2瓶)
餐數 27			熱量： 517大卡 醣類： 92.0 g 脂肪： 8.8 g 蛋白質： 19.1 g 膳食纖維： 1.5 g 鈉： 651.5mg 鈣： 30.5mg
餐數 27			熱量： 174大卡 醣類： 30.2 g 脂肪： 1.8 g 蛋白質： 9.8 g 膳食纖維： 3.1 g 鈉： 12.0mg 鈣： 37.0mg
餐數 27			熱量： 453大卡 醣類： 82.4 g 脂肪： 10.0 g 蛋白質： 10.1 g 膳食纖維： 0.5 g 鈉： 1.5mg 鈣： 3.0mg
餐數 27			熱量： 161大卡 醣類： 28.6 g 脂肪： 3.1 g 蛋白質： 5.3 g 膳食纖維： 0.9 g 鈉： 36.5mg 鈣： 32.4mg
餐數 27			熱量： 630大卡 醣類： 88.8 g 脂肪： 26.3 g 蛋白質： 11.4 g 膳食纖維： 0.0 g 鈉： 0.0mg 鈣： 0.0mg

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：