

Q003 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 112學年度第二學期第18週食譜設計

材料用量

C

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
月 日							
6月11日 星期二	糙米飯	紅燒雞丁 骨腿(骨腿丁) 1.5Kg 米血切丁(CAS) 0.5Kg 九層塔 0.1Kg 青蔥 0.1Kg 蒜仁 0.1Kg 薑片 0.1Kg	白菜滷 大白菜 1.3Kg 非基改豆皮(條) 1條 胡蘿蔔 0.2Kg 木耳絲 0.1Kg 金針菇 0.1Kg	炒大陸妹 大陸妹 1.2Kg 蒜末 0.1Kg	紫菜蛋花湯 紫菜(兩) 1兩 雞蛋(kg)G 0.4Kg		醣類： 48.4 g 脂肪： 6.6 g 蛋白質： 22.5 g 熱量： 349大卡
餐數 31							
6月12日 星期三	米粉	炒米粉 米粉 1.2Kg 前腿肉絲*米迪M 0.8Kg 高麗菜 0.6Kg 洋蔥(去皮) 0.2Kg 胡蘿蔔 0.2Kg 鴻喜菇 0.2Kg	貢丸滷油腐 中三角油豆腐(34g*個)榮L 36個 滷包 1個 小貢丸(嘉楠) 0.8Kg	炒青江菜 青江菜 1.2Kg 蒜末 0.1Kg	豆腐味噌湯 豆腐(1.2K*盒)L 1盒 味噌(140g*包) 1包		醣類： 49.5 g 脂肪： 10.9 g 蛋白質： 18.5 g 熱量： 364大卡
餐數 31							
6月13日 星期四	地瓜飯	花生麵筋滷肉 前腿肉丁*米迪M 1.5Kg 水煮花生(KG)N 0.2Kg 麵筋泡 0.2Kg	玉米烘蛋 雞蛋(kg)G 1.3Kg 玉米粒(Q) 0.5Kg 洋蔥(去皮) 0.3Kg	炒小白菜 小白菜 1.2Kg 薑絲 0.1Kg	養生蘿蔔湯 枸杞(兩) 1兩 紅棗(兩) 1兩 當歸(兩) 1兩 白蘿蔔 0.7Kg 胡蘿蔔 0.6Kg 芹菜 0.1Kg		醣類： 90.8 g 脂肪： 11.1 g 蛋白質： 32.0 g 熱量： 582大卡
餐數 31							
6月14日 星期五	燕麥飯	可樂翅小腿 翅小腿(支) 36支 可樂(小)330ml 1罐	麻婆豆腐 豆腐(1.2K*盒)L 1盒 豬絞肉(絞肉*米迪)M 0.5Kg 毛豆仁 0.1Kg 洋蔥(去皮) 0.1Kg	炒高麗菜 高麗菜 1.2Kg 胡蘿蔔 0.3Kg 木耳絲 0.1Kg	冬瓜排骨湯 冬瓜 1.5Kg 小排骨*米迪M 0.3Kg 芹菜 0.1Kg		醣類： 107.0 g 脂肪： 13.6 g 蛋白質： 27.3 g 熱量： 638大卡
餐數 31							

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：

# 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 112學年度第二學期第18週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析		
月					
日					
6月11日	<b>肉羹麵線</b> 肉羹(慶豐) 0.5Kg 紅麵線(切) 0.5Kg 前腿肉絲*米迪M 0.3Kg 雞蛋(kg)G 0.3Kg 木耳絲 0.1Kg 金針菇 0.1Kg 脆筍絲(醃) 0.1Kg	<b>芭樂</b> 芭樂(8兩*西螺) 6粒	<b>黑糖仙草凍奶</b> 全脂鮮乳(老媽936) 2瓶 仙草凍(2k*包)榮L 1包 黑糖(450g*包) 1包	熱量： 273大卡 醣類： 40.5 g 脂肪： 8.3 g 蛋白質： 10.5 g 膳食纖維： 0.4 g 鈉： 568.5mg 鈣： 84.4mg	
6月12日	<b>蔬菜什錦粥</b> 高麗菜 0.6Kg 雞蛋(kg)G 0.6Kg 前腿肉絲*米迪M 0.3Kg 玉米粒(Q) 0.2Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.2Kg 金針菇 0.1Kg	<b>鳳梨</b> 新鮮鳳梨(個) 2個	<b>醬燒小肉包</b> 醬燒小肉包(30g*桂冠) 40個	<b>豆奶</b> 全脂鮮乳(老媽936) 2瓶 豆漿家庭號(1857ml*光泉) 1瓶	熱量： 291大卡 醣類： 36.4 g 脂肪： 10.8 g 蛋白質： 13.5 g 膳食纖維： 3.6 g 鈉： 121.4mg 鈣： 112.7mg
6月13日	<b>蔥油餅</b> 蔥油餅(片) 15片 雞蛋(kg)G 1Kg	<b>海芽味噌湯</b> 中華豆腐(300g) 2盒 味噌(140g*包) 1包 乾海芽(兩) 1兩	<b>蘋果</b> 蘋果(#138*粒) 15粒	<b>綠豆地瓜湯</b> 地瓜 0.8Kg 綠豆O 0.4Kg	熱量： 358大卡 醣類： 64.2 g 脂肪： 5.2 g 蛋白質： 14.5 g 膳食纖維： 3.2 g 鈉： 58.0mg 鈣： 41.4mg
6月14日	<b>紅燒番茄肉片麵</b> 白油麵 2Kg 牛蕃茄(去蒂頭) 0.8Kg 前腿肉片*米迪M 0.6Kg 高麗菜 0.3Kg 洋蔥(去皮) 0.1Kg	<b>西瓜</b> 西瓜-個 2個	<b>冰心地瓜</b> 冰心地瓜(條) 31條	<b>豆奶</b> 全脂鮮乳(老媽936) 2瓶 豆漿家庭號(1857ml*光泉) 1瓶	熱量： 310大卡 醣類： 52.3 g 脂肪： 5.8 g 蛋白質： 14.0 g 膳食纖維： 2.9 g 鈉： 76.9mg 鈣： 95.6mg

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」：易引起過敏的食物有-甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

設計：

午餐秘書：

校長：