

0-024\* 彰化縣福興鄉管嶼國民小學附設幼兒園(午餐) 110學年度第1學期第1週午餐菜單

材料用量

5車

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	備註	營養分析
月							
日							
餐數							
月							
日							
餐數							
9月1日 星期三	白米飯	<b>東坡扣肉</b> 溫體肉丁(陸輝)(臺灣) 1.5 公斤 筍干(切)-泡水 0.8 公斤	<b>田園三色</b> 洋芋(去皮) 1.5 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 0.3 公斤 溫體絞肉(粗瘦)陸輝 0.3 公斤	<b>炒綠花椰菜</b> 冷凍綠花椰菜(覆歷) 2 公斤	<b>味噌海芽湯</b> 味噌(K) 0.3 公斤 海帶芽(濕) 0.1 公斤		熱量： 534大卡 醣類： 73.0 g 脂肪： 15.0 g 蛋白質： 26.9 g
餐數 24		全穀雜糧類:3.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.8份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.8份					
9月2日 星期四	小米飯	<b>米血滷雞</b> 骨腿丁(CAS) 2 公斤 米血切丁(CAS) 0.6 公斤	<b>油蔥蒸蛋</b> 蛋(春明) 1.2 公斤	<b>豆芽三色</b> 豆芽菜 1.5 公斤 韭菜 0.2 公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.1 公斤	<b>豆薯排骨湯</b> 豆薯(去皮實重) 0.8 公斤 小排骨(肉)陸輝 0.2 公斤		熱量： 501大卡 醣類： 38.4 g 脂肪： 22.7 g 蛋白質： 34.2 g
餐數 24		全穀雜糧類:3.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.3份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.8份					
9月3日 星期五	白米飯	<b>洋蔥肉片</b> 溫體肉片(陸輝)(臺灣) 1.8 公斤 洋蔥(去皮實重) 0.6 公斤	<b>玉米肉末</b> 玉米粒(QR-K) 1.2 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 0.2 公斤 溫體絞肉(粗)陸輝 0.2 公斤	<b>炒有機青松菜</b> 有機青松菜(順)(切實重) 2 公斤	<b>菜頭大骨湯</b> 菜頭(去皮實重) 0.8 公斤 魚丸(小) 0.2 公斤 溫體大骨-陸輝 0.1 公斤		熱量： 506大卡 醣類： 63.7 g 脂肪： 16.8 g 蛋白質： 23.3 g
餐數 24		全穀雜糧類:3.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.3份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.0份					

豬肉來源:台灣(豬肉可食部位原料原產地皆為台灣)

承富實業有限公司 電話:04-8831965 傳真:04-8832612

營養師:

午餐秘書:

校長: