

彰化縣福興鄉管嶼國小附設幼兒園 110學年度第1學期第2週點心(22+3素)

材料用量

點心菜單

日期	早點		午點		營養分析
9月6日 星期一	水煎包 熟水煎包(桂) 22粒 熟水煎包(桂)備品 2粒 素鍋貼(24P/包) 1包	味噌豆腐湯 非基改嫩豆腐(300g盒)大漢 3盒 味噌十全(140g/包) 2包	蜂蜜蛋糕 蜂蜜蛋糕(6) 25個 蜂蜜蛋糕(6)備品 2個	水果 25份	熱量： 404大卡 醣類： 55.7 g 脂肪： 15.7 g 蛋白質： 10.7 g 膳食纖維： 2.4 g 鈉： 741.4mg 鈣： 29.0mg
9月7日 星期二	叻魚玉米粥 玉米粒罐牛(小-340g) 1罐 香菇絲(兩) 1兩 絞肉香里 0.5公斤 蛋 0.5公斤 叻仔魚 0.2公斤	0	南瓜濃湯 康寶濃湯粉-全素(小包) 2包 南瓜 1公斤 玉米醬(小-411g) 1罐 洋芋 0.5公斤 袖珍菇 0.3公斤		熱量： 133大卡 醣類： 15.0 g 脂肪： 3.3 g 蛋白質： 11.5 g 膳食纖維： 1.5 g 鈉： 117.1mg 鈣： 12.1mg
9月8日 星期三	滑蛋雞絲麵 雞絲麵(粒) 13粒 蛋 0.5公斤 高麗菜 0.5公斤 貢丸(小)(國產) 0.3公斤 素火鍋料(K) 0.1公斤		小可頌 小可頌 25個 小可頌(備品) 2個	水果 25份	熱量： 322大卡 醣類： 40.7 g 脂肪： 13.6 g 蛋白質： 9.7 g 膳食纖維： 0.8 g 鈉： 930.1mg 鈣： 27.7mg
9月9日 星期四	香菇雞湯 上腿丁(幼小) 1.2公斤 乾香菇(兩) 1兩 蔴瓜罐(380g) 1罐 薑母 0.1公斤 杏鮑菇(A) 0.3公斤		黑糖小饅頭 黑糖饅頭小(奇美)(40)入包 2包	豆漿 光泉豆漿(1.8L)低糖 2罐	熱量： 401大卡 醣類： 45.0 g 脂肪： 14.4 g 蛋白質： 23.1 g 膳食纖維： 0.9 g 鈉： 221.6mg 鈣： 194.4mg
9月10日 星期五	肉絲冬粉湯 冬粉小捆(40g) 10捆 冬菜(小200g/瓶) 1瓶 肉絲香里 0.5公斤 袖珍菇 0.5公斤		愛玉 中華愛玉(盒) 25盒 中華愛玉(盒)備品 2盒	水果 25份	熱量： 270大卡 醣類： 54.5 g 脂肪： 1.6 g 蛋白質： 9.6 g 膳食纖維： 2.0 g 鈉： 29.7mg 鈣： 13.9mg
9月11日 星期六	雞茸玉米香菇粥 上雞胸丁(小) 1公斤 乾香菇(兩) 1兩 玉米粒罐牛(小-340g) 1罐 蛋 0.5公斤 高麗菜 0.5公斤	水果 25份	雞蛋小饅頭 雞蛋小饅頭 50個 雞蛋小饅頭(備品) 4個	豆漿 光泉豆漿(1.8L)低糖 2罐 雞蛋小饅頭(奇美)備品 4個	熱量： 376大卡 醣類： 47.4 g 脂肪： 12.1 g 蛋白質： 19.2 g 膳食纖維： 1.0 g 鈉： 247.3mg 鈣： 205.5mg
餐數 25	素香菇貢丸(K) 0.1公斤 袖珍菇 0.1公斤				

*本園一律使用國產豬肉食材/豬肉可食部位原料原產地皆為台灣

營養師：

午餐秘書：

校長：