

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4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
9月20日星期一	餐數27	中秋節放假~ 0					熱量：0大卡 醣類：0.0 g 脂肪：0.0 g 蛋白質：0.0 g
		全穀雜糧類:0.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.0份 蔬菜類:0.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份					
9月21日星期二	餐數27	中秋節放假~ 0					熱量：0大卡 醣類：0.0 g 脂肪：0.0 g 蛋白質：0.0 g
		全穀雜糧類:0.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.0份 蔬菜類:0.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份					
9月22日星期三	白米飯	筍香肉絲炊飯	麥克雞塊(*2)	炒高麗菜	味噌豆腐湯		熱量：625大卡 醣類：69.6 g 脂肪：23.5 g 蛋白質：33.8 g
		新鮮竹筍丁 1 公斤 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.3 公斤 金針菇 0.3 公斤 鴻喜菇 0.3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 香菇絲 0.1 公斤	麥克雞塊(K) 1.5 公斤	高麗菜 2.5 公斤	豆腐萊洲(約4.5K)非基因 1 板 味噌(K) 0.3 公斤		
餐數27		全穀雜糧類:2.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.2份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.1份					
9月23日星期四	小米飯	檸檬雞翅(蒸)	三杯豆腐	炒油菜	菜頭排骨湯		熱量：609大卡 醣類：72.5 g 脂肪：22.0 g 蛋白質：29.6 g
		檸檬雞翅(W7強匠) 27 支	豆腐萊洲(約4.5K)非基因 1 板 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 0.3 公斤 鴻喜菇 0.3 公斤	油菜 2.5 公斤	菜頭(去皮實重) 1 公斤 小排骨(肉)陸輝 0.3 公斤		
餐數27		全穀雜糧類:4.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.9份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份					
9月24日星期五	白米飯	針菇蔥燒肉	菜脯蛋	有機小白菜	海芽魚干湯		熱量：655大卡 醣類：63.0 g 脂肪：28.6 g 蛋白質：34.4 g
		溫體肉片(陸輝)(臺灣) 2 公斤 洋蔥(去皮實重) 0.6 公斤 金針菇 0.3 公斤	蛋(春明) 2 公斤 碎脯(細) 0.5 公斤	有機小白菜 2.5 公斤	海帶芽(濕) 0.3 公斤 溫體大骨—陸輝 0.3 公斤 小魚干 0.1 公斤		
餐數27		全穀雜糧類:3.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.7份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.9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

2021/9/17 9:54

營養師:

午餐秘書:

校長: