

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 | | 中秋節放假~ | | | | | 熱量： 0大卡 醣類： 0.0 g 脂肪： 0.0 g 蛋白質： 0.0 g |
| | | 0 | | | | | |
| 餐數 27 | | 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 | | | | | |
| | | 中秋節放假~ | | | | | 熱量： 0大卡 醣類： 0.0 g 脂肪： 0.0 g 蛋白質： 0.0 g |
| 9 月 21 日 星 期 二 | | 0 | | | | | |
| | | 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 | | | | | |
| 餐數 27 | 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 | 豆腐茶洲(約4.5K)非基因 味噌(K) 0.3 公斤 | | |
| 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 22 日 星 期 三 | 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 | 豆腐茶洲(約4.5K)非基因 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 | | |
| 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 | | | | | | | |
| 餐數 27 | 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 | | |
| 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：