

彰化縣福興鄉管嶼國小附設幼兒園 110學年度第1學期第6週點心

點心菜單

材料用量

日期	早點		午點		營養分析
10月4日 星期一 餐數 23	<b>水煎包</b> 熟水煎包(桂) 23粒 熟水煎包(桂)備品 2粒 素鍋貼(24P/包) 1包	<b>味噌豆腐湯</b> 非基改嫩豆腐(300g盒)大漢 3盒 味噌十全(140g/包)(鹿東) 2包	<b>蜂蜜蛋糕</b> 蜂蜜蛋糕(6) 23個 蜂蜜蛋糕(6)備品 2個	<b>芭樂</b> 水果 23份	熱量： 428大卡 醣類： 58.5 g 脂肪： 16.8 g 蛋白質： 11.6 g 膳食纖維： 2.7 g 鈉： 810.8mg 鈣： 30.8mg
10月5日 星期二 餐數 23	<b>吻魚玉米粥</b> 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 吻仔魚 0.2公斤 素香菇貢丸(K) 0.1公斤 袖珍菇 0.1公斤 *素食用 0公斤	0	<b>南瓜濃湯</b> 南瓜 1公斤 康寶濃湯粉-全素(小包) 1包 玉米醬(小-411g) 1罐 洋芋 0.5公斤 袖珍菇 0.2公斤		熱量： 140大卡 醣類： 15.6 g 脂肪： 3.4 g 蛋白質： 12.3 g 膳食纖維： 1.6 g 鈉： 127.3mg 鈣： 13.2mg
10月6日 星期三 餐數 23	<b>滑蛋雞絲麵</b> 雞絲麵(粒) 14粒 蛋 0.5公斤 高麗菜 0.5公斤 貢丸(小)(國產) 0.2公斤 素火鍋料(K) 0.1公斤 *素食用 0公斤		<b>小可頌</b> 小可頌 23個 小可頌(備品) 2個	<b>梨子</b> 水果 23份	熱量： 338大卡 醣類： 43.2 g 脂肪： 14.2 g 蛋白質： 9.9 g 膳食纖維： 0.9 g 鈉： 047.4mg 鈣： 29.5mg
10月7日 星期四 餐數 23	<b>香菇雞湯</b> 沙琪瑪 2個 無骨腿仁丁 1.2公斤 乾香菇(兩) 1兩 蔴瓜罐(380g) 1罐 杏鮑菇(A) 0.2公斤 薑母 0.1公斤 *素食用 0公斤		<b>黑糖小饅頭</b> 黑糖饅頭小(奇美)(40)入包 2包	<b>豆漿</b> 光泉豆漿(1.8L)低糖 2罐	熱量： 367大卡 醣類： 47.4 g 脂肪： 8.0 g 蛋白質： 26.3 g 膳食纖維： 1.0 g 鈉： 235.3mg 鈣： 210.5mg
10月8日 星期五 餐數 23	<b>肉絲冬粉湯</b> 冬粉小捆(40g) 9捆 冬菜(小200g/瓶) 1瓶 肉絲香里 0.5公斤 袖珍菇 0.5公斤 芹菜 0.1公斤		<b>豆花</b> 中華水果豆花(盒) 23盒 中華水果豆花(盒)備品 2盒	<b>香蕉</b> 水果 23份	熱量： 272大卡 醣類： 54.6 g 脂肪： 1.7 g 蛋白質： 10.1 g 膳食纖維： 2.0 g 鈉： 32.8mg 鈣： 15.9mg

\*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：