

0-024* 彰化縣福興鄉管嶼國小附設幼兒園 110學年度第1學期第17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							
12月21日 星期一	油麵(4K)	沙茶肉絲炒麵 高麗菜 1 公斤 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 0.6 公斤 韭菜(1.8K/把) 0.3 把	沙茶肉絲炒麵 沙茶醬牛頭牌(737g) 1 罐 香菇絲(兩) 1 兩 洋蔥(去皮實重) 0.3 公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.3 公斤		山藥雞湯 山藥 1.5 公斤 枸杞(兩) 1 兩 紅棗(兩) 1 兩 骨腿丁(CAS) 0.6 公斤 薑母 0.1 公斤		熱量： 573大卡 醣類： 74.6 g 脂肪： 17.7 g 蛋白質： 28.7 g
餐數 27		全穀雜糧類:3.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.8份 蔬菜類:0.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份					
12月22日 星期二	油麵(4K)	紅燒排骨 小排骨(肉)陸輝 1 公斤 溫體肉丁(小)陸輝(加工品) 0.5 公斤	肉骨茶湯 肉骨茶包 1 包 菜頭(去皮實重) 1 公斤 美白菇 0.3 公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.1 公斤	茶香滷豆干 非基改黑豆干大丁榮洲(K) 2 公斤 滷包小膠坊(30g)(小包) 1 包 紅茶包小 1 包	黑糖小饅頭(*1) 黑糖饅頭小(桂) 27 個		熱量： 643大卡 醣類： 88.6 g 脂肪： 20.5 g 蛋白質： 25.2 g
餐數 27		全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.5份 蔬菜類:0.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份					
12月23日 星期三	燕麥飯	樹子燒魚 水鯊魚片(CAS)(7-8) 27 片	紅燒豆薯 豆薯(去皮實重) 1 公斤 非基改油腐丁(榮洲) 1 公斤 溫體肉丁(小)陸輝 0.5 公斤	炒油菜 油菜 3 公斤	玉米蛋花湯 玉米粒(QR-K) 0.6 公斤 蛋(春明) 0.6 公斤		熱量： 682大卡 醣類： 72.9 g 脂肪： 27.0 g 蛋白質： 35.3 g
餐數 27		全穀雜糧類:4.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.8份 蔬菜類:1.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份					
12月24日 星期四	白米飯	瓜仔肉燥 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 1.5 公斤 碎瓜 0.3 公斤 非基改小小豆干丁榮洲 0.3 公斤	什錦寬粉 高麗菜 1 公斤 寬粉(K) 0.6 公斤 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 0.3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔 0.1 公斤	炒有黑葉白菜 有機黑葉白菜 3 公斤	冬瓜雞湯 冬瓜(去皮籽實重) 1 公斤 上雞胸丁(QR) 0.5 公斤		熱量： 602大卡 醣類： 60.7 g 脂肪： 24.2 g 蛋白質： 34.5 g
餐數 27		全穀雜糧類:4.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.7份 蔬菜類:2.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5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

2021/12/21 10:09

營養師:

午餐秘書:

校長: