

彰化縣福興鄉管嶼國小附設幼兒園 110學年度第二學期第4週食譜設計

材料用量

| 日期 | 早點 | 午點 | 營養分析 | |
|-------------|--|---|--|---|
| 2月21日 星期一 | 鍋燒意麵 鍋燒意麵 16包 小白菜 1.2Kg 雞蛋 0.8Kg 貢丸-切片(加) 0.5Kg 豬後腿肉(肉絲) 0.5Kg 素小貢丸(Kg) 0.1Kg | 瑞士捲 瑞士卷 24+2個 | 熱量： 325大卡 醣類： 27.3 g 脂肪： 17.9 g 蛋白質： 14.3 g 膳食纖維： 1.0 g 鈉： 249.5mg 鈣： 49.7mg | |
| 餐數 24+2素 | | | | |
| 2月22日 星期二 | 蘿蔔糕加蛋 素蘿蔔糕-大 4個 禎祥蘿蔔糕(12入) 3包 雞蛋(kg) 1Kg | 綠豆地瓜湯 二砂(1kg) 1包 冷凍地瓜圓(600g) 1包 綠豆(國產.) 0.6Kg 地瓜 0.5Kg | 熱量： 318大卡 醣類： 62.1 g 脂肪： 3.9 g 蛋白質： 9.9 g 膳食纖維： 2.8 g 鈉： 77.0mg 鈣： 42.7mg | |
| 餐數 24+2素 | | | | |
| 2月23日 星期三 | 玉米蛋餅 雞蛋-顆 32個 冷凍蛋餅皮 30張 素抓餅 3個 冷凍玉米粒(cas) 1Kg | 檸檬蛋糕 檸檬蛋糕 24+2個 | 熱量： 318大卡 醣類： 39.7 g 脂肪： 13.0 g 蛋白質： 10.6 g 膳食纖維： 0.6 g 鈉： 127.7mg 鈣： 11.9mg | |
| 餐數 24+2素 | | | | |
| 2月24日 星期四 | 麻油雞麵線 手工白麵線 2.5Kg 清雞肉丁 1.5Kg 老薑片-兩 1兩 枸杞-兩 1兩 | 金針菇湯 金針菇 0.2Kg 雞蛋 0.2Kg 青蔥 0.1Kg | 珍珠鮮奶茶 全脂鮮乳(統一牛乳936) 2個 紅茶 1包 小粉圓 0.8Kg | 熱量： 468大卡 醣類： 90.4 g 脂肪： 4.5 g 蛋白質： 17.0 g 膳食纖維： 5.5 g 鈉： 2524.9mg 鈣： 104.5mg |
| 餐數 24+2素 | | | | |
| 2月25日 星期五 | 鴨肉冬粉 全鴨(鴨丁Q) 1.5Kg 甘藍(高麗菜) 1Kg 冬粉-小捆 0.3Kg 老薑片 0.1Kg 芹菜 0.1Kg 素羊肉 0.1Kg | 雞蛋小饅頭 雞蛋小饅頭(20g) 40個 黑糖小饅頭(35g) 40個 | 熱量： 256大卡 醣類： 47.5 g 脂肪： 2.2 g 蛋白質： 12.0 g 膳食纖維： 0.5 g 鈉： 7.4mg 鈣： 18.5mg | |
| 餐數 24+2素 | | | | |

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

設計：

午餐秘書：

校長：