

# 彰化縣福興鄉管嶼國小附設幼兒園 110學年度第二學期第6週食譜設計

## 材料用量

日期	早點	午點	營養分析
3月14日星期一	<b>肉燥湯麵</b> 黃油麵 2.5Kg 豬絞肉(絞肉) 0.6Kg 小白菜 0.5Kg 貢丸片(台灣) 0.5Kg 豆干(小小豆干丁) 0.1Kg 青蔥 0.1Kg 非基改豆皮 0.1Kg	<b>羊角麵包</b> 羊角麵包(6人) 5包	<b>豆漿</b> 低糖豆漿(家庭號) 2罐 熱量： 411大卡 醣類： 68.9 g 脂肪： 7.0 g 蛋白質： 19.9 g 膳食纖維： 1.1 g 鈉： 226.4mg 鈣： 60.6mg
3月15日星期二	<b>皮蛋瘦肉粥</b> 鴨皮蛋(皮蛋) 10個 玉米粒罐-小 1.7罐 甘藍(剖半) 1.5Kg 素肉燥(180g/包) 1包 豬絞肉(絞肉) 1Kg 雞蛋 0.6Kg 香菇(小) 0.3Kg 芹菜 0.1Kg	<b>黑糖地瓜粉圓湯</b> 地瓜 1.5Kg 黑糖(20包/箱-450g) 1包 粉圓(波霸) 0.5Kg 綠豆(國產) 0.5Kg	熱量： 381大卡 醣類： 59.0 g 脂肪： 10.0 g 蛋白質： 19.6 g 膳食纖維： 3.9 g 鈉： 300.8mg 鈣： 75.6mg
3月16日星期三	<b>滑蛋雞絲麵</b> 雞絲麵 16包 小白菜 1.5Kg 雞蛋 1Kg 豬後腿肉(肉絲) 0.6Kg 金針菇 0.3Kg 竹輪(國產) 0.2Kg 素竹輪 0.1Kg	<b>蛋黃派</b> 蛋黃派-個 30個	熱量： 306大卡 醣類： 43.4 g 脂肪： 7.9 g 蛋白質： 16.1 g 膳食纖維： 2.0 g 鈉： 727.9mg 鈣： 91.5mg
3月17日星期四	<b>一口餃</b> 一口餃 100粒 素水餃-約38粒/包 1包	<b>豆腐貢丸湯</b> 豆腐細(1.2K封膜)非基改 2盒 小貢丸(慶豐) 0.5Kg 芹菜 0.1Kg 素小貢丸(Kg) 0.1Kg	<b>湯圓</b> 冷凍地瓜圓(600g) 1包 冷凍芋圓-600g/包 1包 熱量： 3381大卡 醣類： 886.4 g 脂肪： 433.0 g 蛋白質： 249.8 g 膳食纖維： 0.7 g 鈉： 29.8mg 鈣： 12.0mg
3月18日星期五	<b>韭菜盒子</b> 韭菜盒子(國產) 27個 素南瓜盅 6個	<b>蛋花湯</b> 青蔥-兩 1兩 雞蛋 1Kg	<b>紅豆紫米湯</b> 二砂(1kg) 1包 紅豆 0.6Kg 紫米(國產) 0.2Kg 熱量： 365大卡 醣類： 64.7 g 脂肪： 6.9 g 蛋白質： 12.2 g 膳食纖維： 2.6 g 鈉： 105.6mg 鈣： 35.8mg

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：