

彰化縣福興鄉管嶼國小附設幼兒園 110學年度第二學期第10週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析	
4月11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	雞蛋小饅頭 雞蛋小饅頭(20g) 40個 黑糖小饅頭(20g) 40個	豆漿 低糖豆漿936 3罐	熱量： 345大卡 醣類： 46.4 g 脂肪： 10.2 g 蛋白質： 17.5 g 膳食纖維： 1.0 g 鈉： 249.5mg 鈣： 49.7mg
餐數	26			
4月12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	26			
4月13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 玉米粒(Q) 1Kg	銅鑼燒 銅鑼燒(8入) 4盒		熱量： 169大卡 醣類： 22.4 g 脂肪： 5.3 g 蛋白質： 7.8 g 膳食纖維： 0.6 g 鈉： 127.7mg 鈣： 11.9mg
餐數	26			
4月14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	26			
4月15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		瑞士捲 瑞士卷(40g) 30個	熱量： 249大卡 醣類： 30.3 g 脂肪： 10.2 g 蛋白質： 9.4 g 膳食纖維： 0.5 g 鈉： 7.4mg 鈣： 18.5mg
餐數	26			

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：