

彰化縣福興鄉管嶼國小附設幼兒園 110學年度第二學期第11週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析	
4月18日星期一	白菜雲吞湯 素餛飩-粒 12粒 貴冠雲吞(12粒/盒) 5盒 小白菜 1.5Kg 雞蛋 0.5Kg	玉米脆片鮮奶 全脂鮮乳(光泉936ml) 3瓶 玉米脆片(原味) 2盒	熱量： 398大卡 醣類： 62.7 g 脂肪： 10.1 g 蛋白質： 13.4 g 膳食纖維： 0.9 g 鈉： 79.8mg 鈣： 165.8mg	
餐數			26+2	
4月19日星期二	鮭魚瘦肉粥 鮭魚罐(小180g) 2罐 豬絞肉(絞肉) 0.5Kg 雞蛋 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.1Kg 青蔥 0.1Kg 胡蘿蔔 0.1Kg	紅豆紫米湯 二砂(1kg) 1包 紅豆 0.6Kg 紫米(國產) 0.2Kg	熱量： 270大卡 醣類： 53.4 g 脂肪： 2.1 g 蛋白質： 13.0 g 膳食纖維： 2.7 g 鈉： 30.8mg 鈣： 31.0mg	
餐數			26+2	
4月20日星期三	鍋燒雞絲麵 雞絲麵 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	檸檬蛋糕 檸檬蛋糕 30個	熱量： 346大卡 醣類： 29.8 g 脂肪： 19.0 g 蛋白質： 14.8 g 膳食纖維： 0.9 g 鈉： 626.0mg 鈣： 51.2mg	
餐數			26+2	
4月21日星期四	燒賣 翡翠燒賣(20g)個 30個 蟹黃燒賣(20g) 30個 素翠玉燒賣(20g) 8個	豆腐湯 豆腐細(1.2K封膜)非基改 1盒 芹菜-兩 1兩	仙草凍奶茶 仙草-盒(2k) 2盒 全脂鮮乳(統一牛乳936) 2個 紅茶 1包	熱量： 174大卡 醣類： 15.1 g 脂肪： 8.7 g 蛋白質： 9.1 g 膳食纖維： 0.3 g 鈉： 41.4mg 鈣： 65.0mg
餐數			26+2	
4月22日星期五	韭菜盒子 韭菜盒子(國產) 30個 素南瓜盅 6個	蛋花湯 青蔥-兩 1兩 雞蛋 1Kg	芋泥包 冷凍芋泥包(大家) 30個	熱量： 407大卡 醣類： 66.5 g 脂肪： 9.4 g 蛋白質： 14.6 g 膳食纖維： 2.4 g 鈉： 160.8mg 鈣： 36.4mg
餐數			26+2	

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：