

# 彰化縣福興鄉管嶼國小附設幼兒園 110學年度第二學期第12週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析
4月25日 星期一	<b>藥膳冬粉</b>		<b>兔子包</b>
	十全藥膳排骨包 1包		
25日 星期一	老薑片-兩 1兩		低糖豆漿936 3罐
	枸杞-兩 1兩		
星期	豬後腿肉(肉絲) 1Kg		熱量： 351大卡 醣類： 48.7 g 脂肪： 10.3 g 蛋白質： 17.2 g 膳食纖維： 5.0 g 鈉： 166.2mg 鈣： 34.4mg
	冬粉-小捆 0.5Kg		
一期	甘藍(切片) 0.5Kg		
餐數			
24			
4月26日 星期二	<b>珍珠丸子</b>	<b>蔬菜蛋花湯</b>	<b>紫米綠豆牛奶</b>
	白珍珠丸(CAS) 30粒	甘藍(高麗菜) 1Kg	二砂(1kg) 1包
26日 星期二	紫米珍珠丸-葷 30個	雞蛋(kg) 0.5Kg	全脂鮮乳(光泉家庭號) 1瓶
	素珍珠丸 6個	胡蘿蔔去皮 0.2Kg	綠豆(國產) 1Kg
星期			紫米(國產) 0.2Kg
二期			熱量： 898大卡 醣類： 109.4 g 脂肪： 34.3 g 蛋白質： 40.6 g 膳食纖維： 5.9 g 鈉： 714.8mg 鈣： 83.9mg
餐數			
24			
4月27日 星期三	<b>台式肉絲粥</b>		<b>麻糬可頌</b>
	玉米粒罐-小 2罐		
27日 星期三	甘藍(高麗菜) 1.2Kg		
	豬後腿肉(肉絲) 0.6Kg		
星期	金針菇 0.3Kg		熱量： 258大卡 醣類： 29.4 g 脂肪： 11.8 g 蛋白質： 9.6 g 膳食纖維： 0.9 g 鈉： 9.3mg 鈣： 22.9mg
	青蔥 0.1Kg		
三期	胡蘿蔔去皮 0.1Kg		
餐數	素小貢丸(Kg) 0.1Kg		
24			
4月28日 星期四	<b>海鮮麵</b>		<b>珍珠鮮奶茶</b>
	拉麵 2.5Kg		
28日 星期四	味噌(小)-菜金 2包		紅茶 1包
	甘藍(高麗菜) 1Kg		
星期	青蔥-兩 1兩		熱量： 416大卡 醣類： 75.6 g 脂肪： 4.3 g 蛋白質： 18.2 g 膳食纖維： 1.1 g 鈉： 401.2mg 鈣： 90.6mg
	豬大里肌(瘦肉片) 0.5Kg		
四期	魚板片 0.3Kg		
餐數	蝦仁(Q) 0.2Kg		
24	素魚板片(Kg) 0.1Kg		
4月29日 星期五	<b>關東煮</b>		<b>紅豆餐包</b>
	白蘿蔔 1.2Kg 素黑輪條 0.1Kg		
29日 星期五	玉米穗塊 0.8Kg		
	冷凍貢丸(小) 0.6Kg		
星期	豬血糕丁 0.6Kg		熱量： 251大卡 醣類： 25.0 g 脂肪： 12.1 g 蛋白質： 12.0 g 膳食纖維： 0.5 g 鈉： 125.4mg 鈣： 13.8mg
	黑輪條-不切 0.5Kg		
五期	四角油豆腐丁 0.3Kg		
餐數	非基改豆皮 0.1Kg		
4	素米血切大丁 0.1Kg		

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：