

彰化縣福興鄉管嶼國民小學附設幼兒園 108學年度第2學期第11週點心菜單(28+2素)

材料用量

日期	早點		午點		營養分析
5月4日 星期一	煎蘿蔔糕		蛋塔	水果	熱量： 376大卡 醣類： 68.1 g 脂肪： 8.9 g 蛋白質： 6.5 g 膳食纖維： 1.5 g 鈉： 257.8mg 鈣： 5.8mg
餐數 30	蘿蔔糕(1切10)條 3條 *素食用 三角薯餅(小-pc) 10片		蛋塔 30個 蛋塔(備品) 3個	水果 30份	
5月5日 星期二	肉羹麵		素菜包	豆漿	熱量： 700大卡 醣類： 118.8 g 脂肪： 16.5 g 蛋白質： 24.7 g 膳食纖維： 2.2 g 鈉： 243.3mg 鈣： 192.1mg
餐數 30	油麵 3公斤 大白菜 1公斤 手工肉羹 0.6公斤 香菜(150g/把) 0.5把 新鮮竹筍絲 0.3公斤 木耳(切絲) 0.1公斤 紅蘿蔔 0.1公斤 *素食用 素小筍羹 0.1公斤		素菜包(奇美) 30個 素菜包(奇美)備品 3個	光泉豆漿(1.8L)低糖 2罐	
5月6日 星期三	玉米濃湯		小餐包	水果	熱量： 295大卡 醣類： 46.9 g 脂肪： 8.2 g 蛋白質： 8.9 g 膳食纖維： 1.0 g 鈉： 169.8mg 鈣： 15.8mg
餐數 30	玉米醬(小-411g) 2罐 康寶濃湯粉-全素(小包) 2包 玉米粒罐牛(小-340g) 1罐 蛋 0.6公斤 三色豆 0.3公斤 鴻喜菇 0.3公斤		小餐包(奶油) 30個 小餐包(奶油)備品 3個	水果 30份	
5月7日 星期四	肉絲冬粉湯		蜂蜜蛋糕	鮮奶	熱量： 303大卡 醣類： 38.8 g 脂肪： 11.5 g 蛋白質： 11.7 g 膳食纖維： 0.5 g 鈉： 97.9mg 鈣： 161.6mg
餐數 30	冬粉小捆(40g) 12捆 冬菜(小200g/瓶) 1瓶 肉絲香里 0.6公斤 袖珍菇 0.6公斤 芹菜 0.1公斤		蜂蜜蛋糕(6) 30個 蜂蜜蛋糕(6)備品 3個	光泉鮮奶(1.8L) 2瓶	
5月8日 星期五	香菇雞湯		玉米鮮奶脆片	水果	熱量： 260大卡 醣類： 28.8 g 脂肪： 6.5 g 蛋白質： 21.6 g 膳食纖維： 0.1 g 鈉： 79.7mg 鈣： 149.1mg
餐數 30	無骨腿仁丁 1.5公斤 乾香菇(兩) 1兩 蔞瓜罐(380g) 1罐 杏鮑菇(A) 0.6公斤 薑母 0.1公斤 *素食用 素雞丁 0.3公斤		玉米脆片喜瑞爾(185g) 2包 光泉鮮奶(1.8L) 2瓶 喜瑞爾五彩球(160g) 2包	水果 30份	

承富實業有限公司 電話：04-8831965 傳真：04-8832612

營養師：

午餐秘書：

校長：