

彰化縣福興鄉管嶼國民小學附設幼兒園 109學年度第2學期第1週點心(28+2素)

材料用量

點心菜單

日期	早點		午點		營養分析
2月22日星期一	<b>水煎包</b>	<b>味噌豆腐湯</b>	<b>蜂蜜蛋糕</b>	<b>水果</b>	熱量： 400大卡 醣類： 55.0 g 脂肪： 15.8 g 蛋白質： 10.2 g 膳食纖維： 2.3 g 鈉： 662.0mg 鈣： 27.1mg
餐數 30	熟水煎包(桂) 28粒 熟水煎包(桂)備品 3粒 素鍋貼(24P/包) 1包	非基改嫩豆腐(300g盒)大漢 3盒 味噌十全(140g/包) 2包	蜂蜜蛋糕(6) 30個 蜂蜜蛋糕(6)備品 3個	水果 30份	
2月23日星期二	<b>吻魚玉米粥</b>		<b>南瓜濃湯</b>		熱量： 122大卡 醣類： 13.0 g 脂肪： 3.1 g 蛋白質： 10.9 g 膳食纖維： 1.3 g 鈉： 104.0mg 鈣： 11.3mg
餐數 30	玉米粒罐牛(小-340g) 1罐 香菇絲(兩) 1兩 蛋 0.6公斤 絞肉香里 0.6公斤 吻仔魚 0.2公斤 素香菇貢丸(K) 0.1公斤 袖珍菇 0.1公斤	0	康寶濃湯粉-全素(小包) 2包 玉米醬(小-411g) 1罐 南瓜 1公斤 洋芋 0.6公斤 袖珍菇 0.3公斤		
2月24日星期三	<b>滑蛋雞絲麵</b>		<b>小可頌</b>	<b>水果</b>	熱量： 336大卡 醣類： 43.0 g 脂肪： 14.1 g 蛋白質： 9.7 g 膳食纖維： 0.9 g 鈉： 039.8mg 鈣： 28.2mg
餐數 30	雞絲麵(粒) 18粒 高麗菜 0.6公斤 蛋 0.6公斤 貢丸(小) 0.3公斤 素火鍋料(K) 0.1公斤		小可頌 30個 小可頌(備品) 3個	水果 30份	
2月25日星期四	<b>香菇雞湯</b>		<b>黑糖小饅頭</b>	<b>豆漿</b>	熱量： 300大卡 醣類： 37.5 g 脂肪： 6.5 g 蛋白質： 22.7 g 膳食纖維： 0.8 g 鈉： 189.6mg 鈣： 162.1mg
餐數 30	無骨腿仁丁 1.5公斤 乾香菇(兩) 1兩 蔭瓜罐(380g) 1罐 杏鮑菇(A) 0.3公斤 薑母 0.1公斤 沙琪瑪 3個		黑糖饅頭小(奇美)(40)入包 2包	光泉豆漿(1.8L)低糖 2罐	
2月26日星期五	<b>肉絲冬粉湯</b>		<b>豆花</b>	<b>水果</b>	熱量： 272大卡 醣類： 55.0 g 脂肪： 1.7 g 蛋白質： 9.7 g 膳食纖維： 2.0 g 鈉： 31.6mg 鈣： 15.6mg
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		中華水果豆花(盒) 30盒 中華水果豆花(盒)備品 3盒	水果 30份	

\*本園一律使用國產豬肉食材/豬肉可食部位原料原產地皆為台灣

營養師：

午餐秘書：

校長：