

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 112學年度第1學期第6週午餐菜單

菜單組成(單位:g)及材料用量

6車

日期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	營養分析
10月2日 星期一	白米飯(先送)	茄汁排骨 溫體排骨丁(福裕) 1.2 公斤 溫體肉丁(福裕) 1 公斤 洋蔥(切大丁) 0.8 公斤 蕃茄醬(庫存) 0 庫存	泡菜粉絲煲 素泡菜(350g/罐) 1 罐 高麗菜(切實重) 1 公斤 冬粉(K) 0.5 公斤 溫體絞肉(福裕) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切片) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	炒青江菜 青江菜(切實重) 3 公斤 蒜仁一週用量(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把)(一週用量) 1 把 薑絲(一週用量)(0.6K/包) 1 包 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	海芽蛋花湯 海帶芽(乾)兩 1 兩 蛋(春明) 0.5 公斤	水果	全穀雜糧類 5.7份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.4份 蔬菜類 1.8份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 3.0份 熱量： 744大卡
10月3日 星期二	十穀米飯	日式照燒雞 骨腿丁(CAS) 3 公斤 照燒醬(240g)瓶 1 瓶 杏鮑菇(頭)(QR) 0.6 公斤 非基改豆干片(蔡洲) 0.5 公斤 洋蔥(切中丁) 0.2 公斤	冬瓜什錦 冬瓜(切中丁) 1.8 公斤 手工肉羹(台灣) 0.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 0.2 公斤	炒蚵白菜 蚵白菜(切實重) 3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	菜頭鮮菇湯 菜頭(切中丁) 1.5 公斤 大骨(CAS) 0.3 公斤 濕香菇(QR) 0.1 公斤	水果	全穀雜糧類 5.6份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.9份 蔬菜類 2.0份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 822大卡
10月4日 星期三	白米飯	肉羹燴飯 大白菜(切實重) 2 公斤 手工肉羹(台灣) 0.6 公斤 溫體絞肉(福裕) 0.5 公斤 新鮮竹筍絲 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤 非基改素肉羹(K) 0.1 公斤	麥克雞塊(2) 麥克雞塊(CAS)(K) 2 公斤	炒有機青松菜 有機青松菜(順)(切實重) 3 公斤	豆沙包 豆沙包小(桂30g) 38 個 豆沙包小(桂30g-備品) 2 個	水果	全穀雜糧類 1.2份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.8份 蔬菜類 1.3份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 11.7份 熱量： 1007大卡
10月5日 星期四	小米飯	蠔油鮮魚煮 水鯊魚片(7-8)(QR)(pc) 28 片 水鯊魚片(7-8)備品(QR)(pc) 2 片 洋蔥(切絲) 0.5 公斤	絞肉咖哩 洋芋(切中丁) 1.8 公斤 咖哩粉(小罐)(25g) 1 罐 三色豆(CAS-1k/包) 0.3 公斤 溫體絞肉(福裕) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.3 公斤	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	竹筍排骨湯 新鮮竹筍片 1 公斤 龍骨丁(CAS) 0.3 公斤	水果	全穀雜糧類 6.1份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.4份 蔬菜類 1.4份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 686大卡
10月6日 星期五	白米飯	蠔油肉片 溫體肉片(福裕) 2.5 公斤 洋蔥(切中丁) 0.6 公斤 金針菇(QR) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切片) 0.2 公斤	紅蘿蔔炒蛋 蛋(春明) 2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1 公斤	炒油菜 油菜(切實重) 3 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤	綠豆薏仁湯 二砂台糖(1K/包) 1 包 綠豆 0.8 公斤 小薏仁 0.2 公斤	水果	全穀雜糧類 6.6份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.8份 蔬菜類 1.4份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 957大卡

承富實業股份有限公司 電話：04-8831965 傳真：04-8832612

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

營養師

營養師張翊文

午餐

主廚謝忠哲

幼兒園主任

教師兼任陳雅婷
幼兒園主任

校長：

漳興國小 江坤銘 校長