1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 112學年度第1學期第30週午餐菜單

菜單組成(單位：g) 及 材料用量

2車

日期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	營養分析
9月4日星期一 餐數40	白米飯(先送糙米/五穀米0.3K)	**日式燒肉丼** 溫體肉片(小)一陸輝 2.5 公斤 洋蔥(切絲) 1 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤 蒜仁(庫存) 0 庫存 蔥(庫存) 0 庫存	**麻婆豆腐** 豆腐榮洲(約1K)盒裝 2 盒 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 0.3 公斤 袖珍菇(QR) 0.1 公斤 豆瓣醬庫存 0 庫存	**炒高麗菜** 高麗菜(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 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	**味噌海芽湯** 海帶芽(乾)兩 1 兩 味噌(K) 0.5 公斤	水果	全穀雜糧類 5.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.6份 蔬菜類 1.5份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 3.0份 熱量：803大卡
9月5日星期二 餐數40	五穀米飯	**梅香雞丁** 雞丁(國產)(QR) 2.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 1.2 公斤 紫蘇梅(600g) 1 包 薑片(庫存) 0 庫存 蒜仁(庫存) 0 庫存 蔥(庫存) 0 庫存	**紅蘿蔔炒蛋** 蛋(春明) 2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1 公斤 蔥(庫存) 0 庫存	**炒油菜** 油菜(切實重) 3 公斤 濕香菇(小朵)(QR) 0.1 公斤 薑絲(庫存) 0 庫存	**榨菜肉絲湯** 榨菜絲-不辣 0.6 公斤 溫體肉絲(細)-陸輝 0.3 公斤	水果	全穀雜糧類 5.6份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.8份 蔬菜類 1.5份 水果類 1.1份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量：804大卡
9月6日星期三 餐數40	代送南都白油麵(5K)	**什錦炒肉絲** 豆芽菜 1.2 公斤 蝦米(兩) 1 兩 油蔥酥(小-300g) 1 包 香菇絲(兩) 1 兩 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 0.8 公斤 洋蔥(切絲) 0.5 公斤 木耳(切絲) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲)(7.5)0.3公斤,芹菜(切段)(5)0.2公斤	**麥克雞塊(2)** 麥克雞塊(K) 2 公斤	**炒有機黑葉白菜** 有機黑葉白菜(順)(切實重) 3 公斤 薑絲(庫存) 0 庫存	**菜頭大骨湯** 菜頭(切中丁) 1.5 公斤 香菜150g/把 0.5 把 大骨(CAS) 0.3 公斤	水果/鮮奶(40+2備)	全穀雜糧類 2.8份 乳品類 0.9份 豆魚蛋肉類 1.9份 蔬菜類 1.6份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 0.2份 熱量：656大卡
9月7日星期四 餐數40	糙米飯	**黃金魚排** 虱目魚排(60g)(QR)片 40 片 虱目魚排(60g)備品(QR) 2 片	**田園咖哩** 洋芋(切中丁) 1.8 公斤 咖喱粉(小罐)(50g) 1 罐 三色豆(CAS-1k/包) 0.3 公斤 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.3 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.1 公斤	**炒青江菜** 青江菜(切實重) 3 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤 薑絲(庫存) 0 庫存	**高麗菜蛋花湯** 高麗菜(切實重) 0.8 公斤 蛋(春明) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	水果	全穀雜糧類 6.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.0份 蔬菜類 1.2份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.4份 熱量：800大卡
9月8日星期五 餐數40	白米飯	**香菇肉燥** 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 2.5 公斤 香菇絲(兩) 1 兩 碎瓜 0.5 公斤 油蔥酥(庫存) 0 庫存 碎蒜(庫存) 0 公斤 蔥(庫存) 0 庫存	**海鮮拌青花** 冷凍綠花椰菜(CAS) 3 公斤 生鮮魷魚圈(QR) 0.6 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 濕香菇(QR) 0.1 公斤	**炒蚵白菜** 蚵白菜(切實重) 3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 薑絲(庫存) 0 庫存	**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/9月農委會豆奶(40+2)	全穀雜糧類 6.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.5份 蔬菜類 1.7份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.2份 熱量：1065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：營養師張瀚文　午餐秘書：午餐秘書謝忠哲 112.8.23　幼兒園主任：教師兼任幼兒園主任陳雅婷　校長：漳興國小校長江坤錡