1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 111學年度第2學期第18週午餐菜單

材料用量 6車

日期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	營養分析
6月12日星期一 餐數44	白米飯	炸雞排 雞排(6)(QR) 44片 雞排(6)(QR)備品 2片 蒜仁(0.6K/包) 0.5包 蔥(0.5K/把) 0.5把	綜合滷味 滷包(30g-小包) 1包 薑片(0.3K) 1包 高麗菜(切實重) 1公斤 海帶結 0.5公斤 菜頭(切中丁) 0.5公斤 非基改小小豆干丁-榮洲 0.5公斤	炒空心菜 空心菜(切實重) 2.5公斤	冬瓜排骨湯 冬瓜(切中丁) 1.5公斤 溫體排骨丁(肉)-陞輝 0.5公斤	幼水果39+2	醣類：105.6 g 脂肪：25.2 g 蛋白質：25.7 g 熱量：757大卡
6月13日星期二 餐數44	五穀飯	米血燒雞 雞丁(國產)(QR) 3公斤 薑片(0.3K) 1包 米血切丁(CAS) 0.5公斤 蒜仁(0.6K/包) 0.5包 高麗菜(切實重) 0.5公斤	福祿壽喜獅子頭 獅子頭(CAS)(粒) 44粒 獅子頭(CAS)(粒)備品 2粒 大白菜(切實重) 1公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2公斤 木耳(切絲) 0.1公斤	炒油菜 油菜(切實重) 2.5公斤	味噌海芽湯 海帶芽(乾)兩 1兩 味噌(K) 0.5公斤	水果	醣類：101.4 g 脂肪：25.7 g 蛋白質：29.7 g 熱量：759大卡
6月14日星期三 餐數44	油麵(5K)	中華炒麵 乾香菇(兩) 1兩 冬蝦(兩) 1兩 溫體肉絲(陞輝)(臺灣) 1公斤 高麗菜(切實重) 1公斤 黃豆芽 0.8公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.3公斤 韭菜(切段) 0.1公斤 油蔥酥(小-300g) 0包	夜市香腸 香腸(CAS) 44條 香腸(CAS)備品 2條	炒蚵白菜 蚵白菜(切實重) 2.5公斤	洋芋濃湯 玉米醬(小-411g) 1罐 洋芋(切小丁) 0.6公斤 三色豆(CAS-1k/包) 0.2公斤 洋蔥(切小丁) 0.2公斤	幼水果39+2	醣類：81.2 g 脂肪：13.6 g 蛋白質：21.3 g 熱量：528大卡
6月15日星期四 餐數44	燕麥飯	香蒸鮮魚 鯰魚丁(QR)(K) 3.5公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.5公斤 洋蔥(切大丁) 0.5公斤	田園咖哩 洋芋(切中丁) 2公斤 溫體絞肉(陞輝)(臺灣) 0.5公斤 三色豆(CAS-1k/包) 0.3公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.3公斤 咖哩粉小磨坊(600g) 0盒	炒扁蒲 扁蒲(切粗絲) 2.5公斤 蝦米(兩) 1兩 木耳(切絲) 0.1公斤	柴魚豆腐湯 封口豆腐(1.2K)非基因榮洲 1盒 柴魚片小(300g) 1包 大骨(CAS) 0.5公斤	水果	醣類：106.4 g 脂肪：20.2 g 蛋白質：26.7 g 熱量：712大卡
6月16日星期五 餐數44	糙米飯	糖醋排骨 溫體肉丁(小)-陞輝 1.5公斤 洋蔥(切中丁) 1公斤 溫體排骨丁(肉)-陞輝 1公斤 鳳梨罐(565g) 1罐 蕃茄醬(3K) 0罐	洋蔥炒黑輪 洋蔥(切大丁) 1.5公斤 黑輪條(小)(如記) 1公斤 豆芽菜 0.5公斤 紅蘿蔔(切片) 0.2公斤	炒有機荷葉白菜 有機荷葉白菜(義庄)(切實重) 2.5公斤	古早味粉圓湯 冬瓜塊小(0.6K) 1塊 大粉圓 1公斤	幼水果39+2	醣類：160.6 g 脂肪：24.6 g 蛋白質：26.9 g 熱量：977大卡
6月17日星期六 餐數44	十穀飯	瓜仔肉燥 溫體絞肉(陞輝)(臺灣) 2.5公斤 碎瓜 0.5公斤 油蔥酥(大-600g) 0包 碎蒜(0.6K/包) 0包 蔥(0.5K/把) 0把	三杯油腐 非基改三角油腐丁榮洲 2公斤 九層塔(兩) 1兩 杏鮑菇(頭)(QR) 1公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.2公斤	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 2.5公斤 木耳(切絲) 0.1公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1公斤	竹筍大骨湯 新鮮竹筍片 1.5公斤 大骨(CAS) 0.3公斤	幼水果39+2	醣類：115.2 g 脂肪：24.6 g 蛋白質：29.4 g 熱量：805大卡

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

製表日期：112/06/06

豬肉來源：台灣(豬肉可食部位原料原產地皆為台灣)

食譜設計小組：營養師張瀚文

午餐秘書：謝惠哲

112. 6. 08

幼兒園主任：教師兼任幼兒園主任 吳雅婷

校長：漳興國小校長 江坤錡