

# 1001\*\* 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 113學年度第2學期第19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
6月16日 星期一	白米飯(先送)	<b>無骨香雞排</b> 無骨香雞排(50g)(當晚休群) 40片 無骨香雞排(40g)(備品無味群) 2片 蒜仁(0.3K/包) 0包 蔥(0.5K/把) 0把	<b>滑嫩蒸蛋</b> 蛋 2公斤 玻璃紙(包)50入 0包 油蔥酥(小-300g) 0包	<b>炒高麗菜</b> 高麗菜(切實重) 2.5公斤 蝦米(兩) 1兩 蒜仁(一週用量)(0.3K/包) 1包 蔥(0.5K/把)(一週用量) 0.5把 薑絲(一週用量)(0.6K/包) 0.5包 木耳(切絲) 0.1公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1公斤	<b>紫菜魚丸湯</b> 紫菜(兩) 1兩 虱目魚丸(CAS) 0.6公斤 薑絲(0.6K/包) 0包		全穀雜糧類 4.4份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.9份 蔬菜類 0.9份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 3.0份  熱量： 683大卡
6月17日 星期二	五穀米飯	<b>麻香鴨丁</b> 鴨丁(有肉)QR 3公斤 九層塔(兩) 1兩 米血切丁(CAS) 1公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.5公斤 蒜仁(0.3K/包) 0包 薑片(0.3K) 0包 蔥(0.5K/把) 0把	<b>玉米四寶</b> 玉米粒(QR-K) 1.5公斤 三色豆(CAS-1K/包) 0.3公斤 溫體絞肉(忠華) 0.3公斤	<b>鐵板銀芽</b> 豆芽菜 2.5公斤 木耳(切絲) 0.1公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1公斤 韭菜 0.1公斤 碎蒜(0.3K/包) 0包	<b>翡翠羹湯</b> 翡翠羹(0.3K) 1盒 蛋 0.5公斤 三色豆(CAS-1K/包) 0.2公斤	水果	全穀雜糧類 6.1份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.6份 蔬菜類 1.0份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 1.8份  熱量： 713大卡
6月18日 星期三	白米飯	<b>肉絲土豆燜飯</b> 溫體肉絲(忠華) 1.5公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.8公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.3公斤 熟花生 0.2公斤 蒜仁(0.3K/包) 0包 薑片(0.3K) 0包 蔥(0.5K/把) 0把	<b>香蔥吉拿棒</b> 香蔥吉拿棒 40個 香蔥吉拿棒(備品) 2個	<b>炒履歷空心菜</b> 履歷空心菜(切實重) 2.5公斤 金針菇(QR) 0.1公斤 薑絲(0.6K/包) 0包	<b>味噌豆腐湯</b> 封口豆腐(1.2K)非基因改良 1盒 味噌(K) 0.3公斤 洋蔥(切絲) 0.3公斤		全穀雜糧類 5.2份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.4份 蔬菜類 1.0份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.4份  熱量： 602大卡
6月19日 星期四	黑芝麻飯	<b>三杯魚丁</b> 水鯊魚丁(QR) 3公斤 九層塔(兩) 1兩 米血切丁(CAS) 0.8公斤 蒜仁(0.3K/包) 0包 薑片(0.3K) 0包 蔥(0.5K/把) 0把	<b>培根燴白菜</b> 大白菜(切實重) 2公斤 洋蔥(切大丁) 0.3公斤 碎培根(津谷)CAS 0.3公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2公斤	<b>炒有機黑葉白菜</b> 有機黑葉白菜(尚統)(切) 2.5公斤 碎蒜(0.3K/包) 0包	<b>馬鈴薯排骨湯</b> 洋芋(切中丁) 1.2公斤 小排骨(肉)忠華 0.3公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.2公斤 薑片(0.3K) 0包	水果	全穀雜糧類 4.7份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.8份 蔬菜類 1.2份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.6份  熱量： 671大卡
6月20日 星期五	白米飯	<b>炙燒豬柳</b> 溫體豬柳(忠華) 2公斤 白芝麻(熟)(兩)(標示日期) 1兩 洋蔥(切絲) 1公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2公斤 蒜仁(0.3K/包) 0包 蔥(0.5K/把) 0把	<b>麻婆豆腐</b> 封口豆腐(1.2K)非基因改良 2盒 溫體絞肉(忠華) 0.3公斤 豆瓣醬大(3K) 0桶	<b>炒白花椰菜</b> 冷凍白花椰菜(CAS) 3公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1公斤 碎蒜(0.3K/包) 0包	<b>綠豆QQ湯</b> 二砂(1斤/包) 1包 (QQ)圓 0.5公斤 綠豆 0.5公斤		全穀雜糧類 5.3份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.2份 蔬菜類 1.1份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 1.9份  熱量： 649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：

營養師趙淑芳

午餐

午餐謝忠哲

幼兒園主任：

教師兼任 幼兒園主任 陳雅婷

校長：

漳興國小江坤銘校長

衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食物，如：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品。菜單如有使用上述食材，對菜單上述食材過敏者請注意。