

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 113學年度第2學期第20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23日 星期一	白米飯(先送)	東坡扣肉 溫體肉丁(忠華)(臺灣) 2 公斤 筍干(切) 0.6 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	府城蝦捲 蝦捲(CAS)(30G) 40 條 蝦捲(CAS)(30G)備品 2 條	炒履歷蚵白菜 履歷蚵白菜(切實重) 2.5 公斤 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	冬瓜肉絲湯 冬瓜(切中丁) 1.5 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.2 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包		全穀雜糧類 4.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.6份 蔬菜類 1.3份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 3.0份 熱量： 624大卡
6月24日 星期二	蕎麥飯	香酥鯖魚片 鯖魚片(QR-60G)(漁會) 40 片 鯖魚片(QR-60G)(漁會)備 2 片 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	竹筍炒肉絲 新鮮竹筍絲 1.5 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	炒履歷萵苣 履歷大萵苣(切實重) 2.5 公斤 白精靈菇(QR) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	酸菜肉片湯 酸菜絲 0.5 公斤 溫體肉片(小)忠華 0.3 公斤 金針菇(QR) 0.3 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	水果	全穀雜糧類 4.4份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.4份 蔬菜類 1.3份 水果類 1.1份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 677大卡
6月25日 星期三	油麵(4.5K南)	什錦炒肉絲 豆芽菜 1.2 公斤 蝦米(兩) 1 兩 溫體肉絲(忠華) 1 公斤 香菇絲(兩) 1 兩 洋蔥(切絲) 0.3 公斤 木耳(切絲) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 蒜仁(0.3K/包)(0)0包,蔥(0.5K/把)(0)0包,油蔥酥(大-600g)(0)0包	夜市東山滷味 非基改黑豆干丁(1切12) 1.2 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 1 公斤 滷包(30g-小包) 1 包 米血切丁(CAS) 1 公斤	炒綠花椰菜 冷凍綠花椰菜(CAS) 3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	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 紅蘿蔔(切中丁) 0.3 公斤	鮮奶(40±備)	全穀雜糧類 3.0份 乳品類 0.8份 豆魚蛋肉類 1.6份 蔬菜類 1.9份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 0.2份 熱量： 507大卡
6月26日 星期四	五穀米飯	梅子燒雞 骨腿丁(CAS) 3 公斤 紫蘇梅(600g) 1 包 百頁丁(中丁)榮洲 0.6 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	客家炒飯條 飯條 1.5 公斤 豆芽菜 1 公斤 溫體絞肉(忠華) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	炒有機皺葉白菜 有機皺葉白菜(尚地-切實重) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	蔬菜蛋花湯 高麗菜(切實重) 0.8 公斤 蛋 0.5 公斤 金針菇(QR) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	水果	全穀雜糧類 5.2份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.5份 蔬菜類 1.2份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 657大卡
6月27日 星期五	白米飯	沙茶雞丁 骨腿丁(CAS) 3 公斤 洋蔥(切大丁) 1 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把 沙茶醬牛頭牌(3K) 0 罐	珍珠丸子(*1) 珍珠丸子(25g)製產 40 粒 珍珠丸子(25g)備品-取產 2 粒	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 2.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	熊貓奶茶 二砂台糖(1K/包) 1 包 紅茶包小 1 包 大粉圓 0.5 公斤 白玉粉圓(K)(日期) 0.5 公斤 奶粉(K) 0.2 公斤		全穀雜糧類 6.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.1份 蔬菜類 0.9份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 690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** 午餐秘書：**謝忠哲** 幼兒園主任：**教師兼任陳雅婷** 校長：**江坤銘**
 依衛生福利部公告「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，對菜單上這些食材過敏者請注意。