

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 113學年度第1學期第17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
12月16日 星期一							全穀雜糧類 乳品類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 水果類 油脂與堅果種子類 熱量:
12月17日 星期二	麥片飯(0.2K)	燉豬肋排骨 溫體肉丁(忠華)(臺灣) 1.5 公斤 小排骨(肉)忠華 1 公斤 菜頭(切中丁) 1 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.2 公斤 非基改素豆腸 0.1 公斤 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	浮水肉羹 大白菜(切實重) 2 公斤 手工肉羹(台灣) 0.3 公斤 溫體肉絲(細)(忠華) 0.3 公斤 脆筍絲 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 非基改素肉羹(K) 0.1 公斤	炒履歷油菜 履歷油菜(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 美白菇(QR) 0.1 公斤	玉米蛋花湯 蛋(春明) 0.8 公斤 玉米粒(QR-K) 0.3 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把	水果	全穀雜糧類 4.6份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.3份 蔬菜類 1.7份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量: 684大卡
12月18日 星期三	紅麵線(1.3K)	麵線糊 蝦米(兩) 1 兩 香菇絲(兩) 1 兩 手工肉羹(台灣) 0.8 公斤 脆筍絲 0.6 公斤 香菜(150g/把) 0.5 把 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 金針菇(QR)(2.56)0.1公斤,非基改素肉羹(K)(2.56)0.1公斤	茶香滷豆干 非基改素豆干(大丁)第洲(K) 2.5 公斤 滷包小(30g)(小包) 1 包 紅茶包小 1 包	炒履歷蚵白菜 履歷蚵白菜(切實重) 2.5 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	鮮肉包 鮮肉包大奇美(60g) 38 個 素菜包(奇美) 2 個 鮮肉包大奇美(60g)備品 2 個		全穀雜糧類 3.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.1份 蔬菜類 1.0份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 8.1份 熱量: 844大卡
12月19日 星期四	小米飯	甘露鮮魚煮 鯰魚丁(QR)(K) 3 公斤 洋蔥(切絲) 0.8 公斤 濕香菇(QR) 0.3 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	竹筍炒肉絲 脆筍絲 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 金針菇(QR) 0.1 公斤	炒有機荷葉白菜 有機荷葉白菜(順)(切實重) 2.5 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	金針肉絲湯 乾金針(兩) 1 兩 金針菇(QR) 0.3 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.2 公斤	水果	全穀雜糧類 4.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.9份 蔬菜類 1.5份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量: 676大卡
12月20日 星期五	白米飯	三杯雞 骨腿丁(CAS) 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 薑片(0.3K) 0 包	洋蔥炒蛋 蛋(春明) 2 公斤 洋蔥(切絲) 1 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 碎蒜(0.6K/包) 0 包	冬至福氣湯圓 小湯圓(桂)(1斤) 1 盒 芋圓(0.6k/包) 1 包 二砂台糖(1K/包) 1 包 大粉圓 0.3 公斤		全穀雜糧類 5.7份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.5份 蔬菜類 1.1份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 1.4份 熱量: 815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: 113. 12. 17

幼兒園主任:

教師兼任陳雅婷
幼兒園主任陳雅婷

漳興國小江坤銘
校長

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,對菜單上述食材過敏者請注意。