

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 114學年度第1學期第3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
9月15日 星期一	白米飯	薑母燒雞 雞丁(國產)(QR) 3 公斤 枸杞(兩) 1 兩 杏鮑菇(頭)(QR) 0.8 公斤 高麗菜(切實重) 0.8 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 冷凍蔥花 0 公斤	麻婆豆腐 封口豆腐(1.2K)非基因異洲 2 盒 溫體絞肉(忠華) 0.5 公斤 豆瓣醬大(3K) 0 桶	炒高麗菜 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 薑片(0.3K)一週量 1 包 冷凍蔥花(一週用) 0.3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	紫菜蛋花湯 紫菜(兩) 1 兩 蛋 0.5 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包		全穀雜糧類 4.5份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.2份 蔬菜類 1.2份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 675大卡
9月16日 星期二	五穀米飯	原鄉鹹豬肉 鹹豬肉絲-不要辣 2.5 公斤 洋蔥(切粗絲) 1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 冷凍蔥花 0 公斤	蟹黃燒賣(*1) 蟹黃燒賣(國產) 41 個 蟹黃燒賣(國產)備品 2 個	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	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 4.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.8份 蔬菜類 1.1份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.5份 熱量： 671大卡
9月17日 星期三	紅麵線(1.2K)	麵線糊 乾香菇(兩) 1 兩 蝦米(兩) 1 兩 手工肉羹(台灣) 1 公斤 蒜泥(0.3K/包) 1 包 脆筍絲 0.8 公斤 香菜(150g/把) 0.5 把 木耳(切絲) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	偽東山滷味 小豆干(2.5cm)蔡洲 1.5 公斤 油包小薯粉(30g)(小包) 1 包 杏鮑菇(頭)(QR) 1 公斤 米血切丁(CAS) 1 公斤	炒履歷蚵白菜 履歷蚵白菜(切實重) 2.5 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	金絲捲 金絲捲(大廠家40G) 41 個 金絲捲(大廠家40G)備品 2 個	9月獎勵金豆奶(十二備)	全穀雜糧類 2.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.5份 蔬菜類 1.3份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 6.0份 熱量： 630大卡
9月18日 星期四	麥片飯	泰式海鮮拌蔬菜 水鯊魚丁(QR) 4 公斤 泰式酸辣醬(900g) 1 罐 高麗菜(切片) 0.8 公斤 洋蔥(切大丁) 0.5 公斤 白精靈菇(QR) 0.3 公斤 香菜(150g/把) 0 把 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑絲(0.6K/包)(0)0包,冷凍蔥花(0)0公斤	絞肉滷貢丸 香菇貢丸大(pc) 41 粒 香菇貢丸大(pc)備品 2 粒 溫體絞肉(忠華) 0.5 公斤	炒有機空心菜 有機空心菜(尚結-切實重) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	三絲鮮菇湯 金針菇(QR) 0.5 公斤 溫體肉絲(細)(忠華) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	水果	全穀雜糧類 4.1份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.3份 蔬菜類 1.1份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.4份 熱量： 730大卡
9月19日 星期五	白米飯	冬瓜燒雞 雞丁(國產)(QR) 3 公斤 冬瓜(切大丁) 1 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.2 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 冷凍蔥花 0 公斤	玉米炒蛋 蛋 2 公斤 玉米粒(QR-K) 1.2 公斤	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	冬瓜粉圓 二砂台糖(1K/包) 1 包 冬瓜塊小(0.6K) 1 塊 大粉圓 0.8 公斤		全穀雜糧類 5.6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 2.2份 熱量： 731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 廖如美**

校長：**陳良輔**

衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食物：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質穀物、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。