

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 113學年度第2學期第10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
4月14日 星期一	芝麻飯(先送)	油蔥肉燥 溫體絞肉(福裕) 2 公斤 小小豆干丁(榮洲) 0.6 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把 油蔥酥(大-600g) 0 包	炸春捲(*1) 春捲(30g國產) 40 個 春捲(30g國產)備品 2 個	炒履歷青江菜 履歷青江菜(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 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	南瓜濃湯 南瓜(切小丁) 1 公斤 玉米醬(小-411g) 1 罐 三色豆(CAS-1k/包) 0.2 公斤 洋蔥(切小丁) 0.2 公斤		全穀雜糧類 6.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 0.4份 蔬菜類 0.9份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.1份 熱量： 567大卡
4月15日 星期二	五穀米飯	剝皮辣椒雞 骨腿丁(CAS) 3 公斤 剝皮辣椒(390g) 1 罐 菜頭(切中丁) 1 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	玉米炒蛋 蛋 2 公斤 玉米粒(QR-K) 1 公斤	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 2.5 公斤 蝦米(兩) 1 兩 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 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)(福裕) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤		全穀雜糧類 5.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.6份 蔬菜類 1.2份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 3.0份 熱量： 833大卡
4月16日 星期三	板條(4.5K)	什錦炒肉絲 冬蝦(兩) 1 兩 溫體肉絲(忠華) 1 公斤 豆芽菜 1 公斤 香菇絲(兩) 1 兩 紅蘿蔔(切絲) 0.3 公斤 韭菜 0.2 公斤 油蔥酥(大-600g) 0 包	滷油豆腐(*1) 四角油豆腐(大)榮洲(po) 40 個 四角油豆腐(大)榮洲備品 2 個 滷包(30g-小包) 1 包	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 2.5 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	綜合丸子湯 菜頭(切中丁) 0.8 公斤 虱目魚丸(CAS) 0.3 公斤 貢丸(小)(國產) 0.3 公斤 芹菜 0.1 公斤	鮮奶(40+備)	全穀雜糧類 2.5份 乳品類 1.6份 豆魚蛋肉類 2.0份 蔬菜類 1.2份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 5.0份 熱量： 820大卡
4月17日 星期四	胚芽米飯	香酥鬼頭刀 鬼頭刀(片)(QR) 40 片 鬼頭刀(片)(QR)備品 2 片 碎蒜(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	家鄉白菜滷 大白菜(切實重) 2 公斤 冬蝦(兩) 1 兩 金針菇(QR) 0.3 公斤 木耳(切絲) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 非基改豆皮(K) 0.1 公斤	炒有機黑葉白菜 有機黑葉白菜(尚幼)(切) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	海芽蛋花湯 海帶芽(乾)兩 1 兩 蛋 0.5 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.05 包		全穀雜糧類 4.4份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.6份 蔬菜類 1.2份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 1.8份 熱量： 599大卡
4月18日 星期五	白米飯	蜜汁滷肉 溫體肉丁(小)(忠華) 2 公斤 非基改扁豆干丁(榮洲)(K) 0.8 公斤 海帶結 0.5 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	脆筍片炒鮮菇 脆筍片 2 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	鐵板銀芽 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	冬瓜粉圓 二砂(1斤/包) 1 包 冬瓜塊小(0.6K/塊) 1 塊 大粉圓 1 公斤		全穀雜糧類 5.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.9份 蔬菜類 1.5份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 1.8份 熱量： 667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：**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、雞蛋、小麥、燕麥、蕎麥、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。