

# 1001\*\* 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 113學年度第2學期第13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
5月5日 星期一	白米飯(先送)	<b>鄉村滷肉</b> 溫體肉丁(志華)(臺灣) 2 公斤 冬瓜(切中丁) 1 公斤 小豆輪(特小) 0.2 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	<b>什錦玉米蛋</b> 蛋 2 公斤 洋蔥(切小丁) 0.8 公斤 玉米粒(QR-K) 0.5 公斤 小黃瓜(切小丁) 0.2 公斤	<b>炒履歷空心菜</b> 履歷空心菜(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 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)非基質菜油 1 盒 味噌(K) 0.5 公斤 洋蔥(切絲) 0.5 公斤		全穀雜糧類 5.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.7份 蔬菜類 1.4份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.0份  熱量： 678大卡
5月6日 星期二	燕麥飯	<b>味噌燒雞</b> 骨腿丁(CAS) 3 公斤 菜頭(切中丁) 1 公斤 味噌(K) 0.5 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	<b>浮水肉羹</b> 大白菜(切實重) 2 公斤 手工肉羹(台灣) 0.5 公斤 溫體肉絲(細)(忠華) 0.5 公斤 脆筍絲 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	<b>炒綠花椰菜</b> 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	<b>草菇肉絲湯</b> 金針菇(QR) 0.5 公斤 溫體肉絲(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 4.4份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.4份 蔬菜類 1.8份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份  熱量： 683大卡
5月7日 星期三	白米飯	<b>夏威夷波奇飯</b> 海帶芽(乾)兩 1 兩 白芝麻(熟)(兩) 1 兩 溫體肉絲(忠華) 0.8 公斤 毛豆仁(冷凍) 0.6 公斤 洋蔥(切小丁) 0.6 公斤 玉米粒(QR-K) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 0.2 公斤	<b>玉米布丁酥(*1)</b> 玉米布丁酥(30G-CAS) 40 個 玉米布丁酥(30G/備品-CAS) 2 個	<b>炒高麗菜</b> 高麗菜(切實重) 3 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	<b>酸菜鴨肉湯</b> 酸菜片 0.8 公斤 鴨丁(小)(有肉)QR 0.8 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	5月獎勵金豆奶	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 1.2份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 3.1份  熱量： 718大卡
5月8日 星期四	小米飯	<b>醬爆鮮魚丁</b> 鮫魚丁(QR)(K) 3 公斤 洋蔥(切絲) 0.5 公斤 濕香菇(QR) 0.2 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把 薑絲(0.6K/包) 0 包	<b>梅干菜肉燥</b> 溫體絞肉(忠華) 1.5 公斤 梅乾菜(切) 0.5 公斤 油蔥酥(大-600g) 0 包	<b>炒有機黑葉白菜</b> 有機黑葉白菜(尚絨)(切) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	<b>年糕湯</b> 寧波年糕片(430g-包) 1 包 高麗菜(切實重) 0.5 公斤 蛋 0.3 公斤 洋蔥(切絲) 0.2 公斤 金針菇(QR) 0.2 公斤	水果	全穀雜糧類 4.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.7份 蔬菜類 1.0份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份  熱量： 714大卡
5月9日 星期五	白米飯	<b>麻油肉片</b> 溫體肉片(忠華) 2.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 1 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把 胡麻油(庫存) 0 車	<b>桂竹筍炒肉絲</b> 熟桂竹筍(切) 2.5 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.5 公斤	<b>鐵板銀芽</b> 豆芽菜 2.5 公斤 韭菜 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	<b>燕麥粉圓紅茶</b> 二砂台糖(1K/包) 1 包 紅茶包小 1 包 小粉圓 0.5 公斤 燕麥粒(K) 0.5 公斤		全穀雜糧類 5.5份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.2份 蔬菜類 1.6份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 1.6份  熱量： 662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產地皆為台灣

營養師：**營養師趙淑芳** 午餐秘書：**5.01** 幼兒園主任：**教師兼任陳雅婷** 校長：**漳興國小江坤銘**  
 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。