

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 113學年度第1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
10月28日 星期一	白米飯(先送)	香蔥油雞丁 骨髓丁(CAS) 3 公斤 脆筍片-(實重) 0.5 公斤 薑片(0.3K) 0 包 油蔥酥(大-600g) 0 包	玉米三色 玉米粒(QR-K) 1.5 公斤 非基改素肉燒(180g) 1 包 三色豆(CAS-1k/包) 0.3 公斤 溫體絞肉(忠華) 0.3 公斤	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 2.5 公斤 蒜仁一週用量(0.6K/包) 1 包 薑絲(一週用量)(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把)(一週用量) 1 把 美白菇(QR) 0.1 公斤	榨菜肉絲湯 榨菜絲-不辣 0.5 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.3 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包		全穀雜糧類 5.7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 2.0份 熱量： 734大卡
10月29日 星期二	糙米飯	桂竹筍滷肉 溫體肉丁(忠華)(臺灣) 2 公斤 熟桂竹筍(切) 1 公斤 美白菇(QR) 0.1 公斤 非基改素肉片(溼) 0.1 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	滑嫩蒸蛋 蛋(春明) 1.5 公斤 玻璃紙 0 張 油蔥酥(小-300g) 0 包	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	海芽魚干湯 海帶芽(乾)兩 1 兩 大骨(CAS) 0.3 公斤 小魚干 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 2.7份 蔬菜類 1.1份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 672大卡
10月30日 星期三	白米飯	蝦仁肉絲炒飯 溫體肉絲(忠華) 1.2 公斤 洋蔥(切絲) 0.3 公斤 玉米粒(QR-K) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.3 公斤 蝦仁(K)(QR)(包冰) 0.3 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.1 公斤 非基改小小豆干(丁) 0.1 公斤 薑片(0.3K/包) 0 包	薯球 薯球(K) 2 公斤	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	綜合湯 菜頭(切中丁) 1.5 公斤 貢丸(小)(國產) 0.3 公斤 素貢丸 0.1 公斤		全穀雜糧類 6.2份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.2份 蔬菜類 1.3份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.4份 熱量： 710大卡
10月31日 星期四	燕麥飯	黃金魚排 旗魚排(QR)(安) 36 片 旗魚排(QR)(安)備品 2 片	麻婆豆腐 封口豆腐(1.25)非基改素肉 2 盒 溫體絞肉(忠華) 0.5 公斤 袖珍菇(QR) 0.1 公斤 辣豆瓣醬庫存 0 庫存	炒有機油江菜 有機油江菜(頭)(切實重) 2.5 公斤 碎蒜(0.6K/包) 0 包	萬聖節濃湯 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	水果	全穀雜糧類 4.7份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.2份 蔬菜類 0.8份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 656大卡
11月1日 星期五	白米飯	乾鍋燒肉片 溫體肉片(忠華) 2 公斤 非基改豆干片 0.5 公斤 芹菜 0.1 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤 非基改炸豆包(1切4) 0.1 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	白醬馬鈴薯 洋芋(切中丁) 2 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 0.3 公斤 碎培根(津谷)CAS 0.3 公斤 素火腿(0.5K一週用) 0 條 三杯湯湯粉(小) 0 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	紅豆紫米湯 二砂台糖(1K/包) 1 包 紅豆(國產TAP) 0.5 公斤 紫米 0.3 公斤		全穀雜糧類 5.7份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.0份 蔬菜類 0.9份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.6份 熱量： 776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：張瀚文 午餐秘書：謝忠哲 幼兒園主任：陳雅婷 校長：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、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，對菜單上上述食材過敏者請注意。