

# 1001\*\* 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 113學年度第2學期第15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19日星期一	白米飯(先送)	<b>茄汁洋芋燉肉</b> 溫體肉丁(忠華)(臺灣) 2 公斤 洋芋(切中丁) 1 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.2 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把 蕃茄醬(3K) 0 罐	<b>什錦冬粉</b> 高麗菜(切實重) 1 公斤 冬粉(K) 0.5 公斤 金針菇(QR) 0.5 公斤 溫體絞肉(忠華) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	<b>炒履歷油菜</b> 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 白精靈菇(QR) 0.1 公斤	<b>玉米蛋花湯</b> 蛋 0.6 公斤 玉米粒(QR-K) 0.5 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把	水果	全穀雜糧類 5.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.9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: 696大卡
5月20日星期二	燕麥飯	<b>醬爆雞丁</b> 骨腿丁(CAS) 3 公斤 洋蔥(切大丁) 1 公斤 百頁丁(中丁)榮洲 0.5 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把	<b>培根拌青花</b> 冷凍綠花椰菜(CAS) 3 公斤 碎培根(津谷)CAS 0.3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	<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>金茸三絲湯</b> 金針菇(QR) 0.5 公斤 木耳(切絲) 0.2 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.2 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 2.1份 蔬菜類 2.1份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.9份  熱量: 709大卡
5月21日星期三	蓋飯	<b>和風豬肉蓋飯</b> 溫體肉片(忠華) 1.5 公斤 白芝麻(熟)(兩) 1 兩 洋蔥(切絲) 1 公斤 蒜泥(0.3K/包) 1 包 薑泥(0.3Kg/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 0 把	<b>白菜煨獅子頭(*1)</b> 獅子頭(CAS)(粒) 40 粒 獅子頭(CAS)(粒)備品 2 粒 大白菜(切實重) 1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	<b>炒履歷萵苣</b> 凍蒸大萵苣(黃萵苣)(切實重) 2.5 公斤 白精靈菇(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)非基因異別 1 盒 味噌(K) 0.5 公斤 洋蔥(切絲) 0.5 公斤	水果	全穀雜糧類 6.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.2份 蔬菜類 1.5份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.1份  熱量: 717大卡
5月22日星期四	小米飯	<b>醬汁魚片</b> 水蜜魚片(7-8)(QR)(pc) 40 片 水蜜魚片(7-8)備品(QR)(pc) 2 片 蔥(0.5K/把) 0 把 薑絲(0.6K/包) 0 包	<b>紅燒豆腐</b> 封口豆腐(1.2K)非基因異別 2 盒 溫體絞肉(忠華) 0.5 公斤	<b>炒有機空心菜</b> 有機空心菜(尚純-切實重) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	<b>南瓜排骨湯</b> 南瓜(切中丁) 1.5 公斤 小排骨(肉)忠華 0.5 公斤 薑片(0.3K) 0 包	水果	全穀雜糧類 4.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.8份 蔬菜類 0.6份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 3.2份  先送 綠豆 0.5 公斤 熱量: 765大卡
5月23日星期五	白米飯	<b>古早味肉燥</b> 溫體絞肉(忠華) 2 公斤 非基改小米干丁(榮洲) 1 公斤 碎瓜 0.5 公斤 油蔥酥(小-300g) 0 包	<b>白玉雙絲</b> 菜頭(切粗絲) 2.5 公斤 蝦米(兩) 1 兩 溫體肉絲(忠華) 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>綠豆芋圓湯</b> 二砂台糖(1K/包) 1 包 芋圓(0.6K/包) 1 包 綠豆 0.5 公斤	水果	全穀雜糧類 5.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.5份 蔬菜類 1.5份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.0份  熱量: 728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: 114. 5. 15

幼兒園主任:

教師兼任陳雅婷  
幼兒園主任

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。