

# 1001\*\* 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 113學年度第2學期第17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
6月2日 星期一	白米飯(先送)	<b>紅燒排骨</b> 溫體肉丁(忠華)(臺灣) 1.2 公斤 小排骨(肉)忠華 1 公斤 冬瓜(切中丁) 0.8 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.3 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	<b>壽喜燒凍豆腐</b> 凍豆腐(中丁)非基改 1.5 公斤 高麗菜(切實重) 1 公斤 金針菇(QR) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	<b>炒履歷蚵白菜</b> 履歷蚵白菜(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 木耳(切絲) 0.1 公斤	<b>榨菜肉絲湯</b> 榨菜絲-不辣 0.5 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.3 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	水果	全穀雜糧類 5.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.4份 蔬菜類 1.7份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 3.0份  熱量： 708大卡
6月3日 星期二	五穀米飯	<b>馬鈴薯燉雞</b> 骨髓丁(CAS) 3 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 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	<b>紅蘿蔔炒蛋</b> 蛋 2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把	<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>紫菜針菇湯</b> 紫菜(兩) 1 兩 金針菇(QR) 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 2.4份 蔬菜類 1.2份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份  熱量： 773大卡
6月4日 星期三	飯食	<b>港式肉絲炒飯</b> 溫體肉絲(忠華) 1 公斤 香菇絲(兩) 1 兩 豆芽菜 0.5 公斤 高麗菜(切絲) 0.5 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把	<b>麥克雞塊(2)</b> 麥克雞塊(CAS)(K) 2.5 公斤	<b>炒履歷青江菜</b> 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	<b>鮮菇湯</b> 金針菇(QR) 0.8 公斤 木耳(切絲) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	月獎勵金豆奶	全穀雜糧類 3.3份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.0份 蔬菜類 1.3份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 1.2份  熱量： 543大卡
6月5日 星期四	糙米飯	<b>樹子蒸魚</b> 水鯪魚片(7-8)(QR)(pc) 40 片 水鯪魚片(7-8)備品(QR)(pc) 2 片 破布子(380g) 1 罐 蔥(0.5K/把) 0 把 薑絲(0.6K/包) 0 包	<b>紅燒洋芋</b> 洋芋(切中丁) 2 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 0.5 公斤 溫體絞肉(忠華) 0.5 公斤	<b>炒有機黑葉白菜</b> 有機黑葉白菜(切實重) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	<b>味噌海芽湯</b> 海帶芽(乾)兩 1 兩 味噌(K) 0.5 公斤	水果	全穀雜糧類 4.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.2份 蔬菜類 0.6份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.4份  熱量： 691大卡
6月6日 星期五	白米飯	<b>照燒肉片</b> 溫體肉片(小)忠華 2 公斤 照燒醬(240g)瓶 1 瓶 非基改豆干片(榮洲) 1 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	<b>扁蒲什錦</b> 扁蒲(切粗絲) 2 公斤 手工肉羹(台灣) 0.5 公斤 白精靈菇(QR) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	<b>炒高麗菜</b> 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	<b>綠豆地瓜湯</b> 二砂台糖(1K/包) 1 包 蕃薯(切中丁) 0.8 公斤 綠豆 0.5 公斤	先送 綠豆 0.5 公斤	全穀雜糧類 4.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.5份 蔬菜類 1.2份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 1.2份  熱量： 552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：

午餐秘書謝忠折

幼兒園主任：

教師兼任陳雅婷  
幼兒園主任

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：牛、羊、豬、魚、蝦、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。

114. 5. 28