

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 112學年度第2學期第5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
3月11日 星期一	白米飯(先送)	海結滷肉 溫體肉丁(陸輝)(臺灣) 2.5 公斤 小豆干(2.5cm)蔡洲 0.5 公斤 海帶結 0.3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	洋蔥炒蛋 蛋(春明) 2 公斤 洋蔥(切絲) 1.5 公斤	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 3 公斤 蒜仁一週用量(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把)(一週用量) 1 把 薑絲(一週用量)(0.6K/包) 1 包 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	結頭大骨湯 結頭菜(切中丁) 1.5 公斤 香菜150g/把 0.5 把 大骨(CAS) 0.3 公斤	水果	全穀雜糧類 6.2份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.8份 蔬菜類 2.0份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 3.0份 熱量： 892大卡
3月12日 星期二	白米飯(14人)	鹽酥雞 上雞胸丁(CAS) 1 公斤 九層塔(兩) 1 兩 地瓜薯條 0.3 公斤	麻婆豆腐 封口豆腐(1.2K)非基因蔡洲 1 盒 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 0.3 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把 豆瓣醬大(3K) 0 桶	炒油菜 履歷油菜(切實重) 1 公斤	清涼冬瓜湯 枸杞(兩) 1 兩 冬瓜(切中丁) 0.5 公斤 大骨(CAS) 0.1 公斤	水果	全穀雜糧類 2.2份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.2份 蔬菜類 0.4份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 0.8份 熱量： 339大卡
3月13日 星期三	紅麵線(15K)	麵線糊 手工肉羹(台灣) 1 公斤 蝦米(兩) 1 兩 香菇絲(兩) 1 兩 脆筍絲 0.8 公斤 木耳(切絲) 0.6 公斤 香菜(150g/把) 0.5 把 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	夜市滷味 小豆干(2.5cm)蔡洲 1.5 公斤 滷包小磨坊(30g)(小包) 1 包 米血切丁(CAS) 1 公斤 黑輪條(小)(CAS)如記 0.5 公斤	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	鮮肉包 鮮肉包小(奇美) 41 個 鮮肉包小(奇美)備品 3 個 奶皇包小(奇美30g) 2 個	水果	全穀雜糧類 2.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.2份 蔬菜類 1.1份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 8.0份 熱量： 823大卡
3月14日 星期四	胚芽米飯	香酥魚排 虱目魚排(60g)(QR)片 42 片 虱目魚排(60g)備品(QR) 2 片	田園洋芋 洋芋(切中丁) 2 公斤 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 0.5 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.3 公斤	炒有機荷葉白菜 有機荷葉白菜(順)(切實重) 3 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	味噌洋蔥湯 海帶芽(乾)兩 1 兩 味噌(K) 0.5 公斤 洋蔥(切絲) 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 1.9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： 722大卡
3月15日 星期五	蕎麥飯	冬瓜干貝肉燥 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 2 公斤 冬瓜(切中丁) 1.2 公斤 珠貝(乾貨)(兩) 1 兩 碎瓜 0.2 公斤 油蔥酥(庫存) 0 庫存 蒜仁(0.6K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	時蔬炒春雨 冬粉(K) 0.8 公斤 黃豆芽 0.8 公斤 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	炒履歷萵苣 履歷大陸妹(萵苣莖)(切實重) 3 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	三絲鮮菇湯 金針菇(QR) 0.6 公斤 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	水果	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 1.0份 油脂與堅果種子類 1.8份 熱量： 723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

營養師

午餐秘書 謝忠哲

幼兒園主任

教師兼任 陳雅婷

校長

漳興國小 江坤銘 校長