

南投縣南投市漳興國小附設幼兒園 113學年度第1學期第13週點心 點心菜單

材料用量

日期	早點	午點	營養分析
11月18日 星期一 餐數 32	菇菇雞湯 翅小腿(pc) 31支 翅小腿(pc-備品) 2支 濕香菇(QR) 0.3公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.2公斤	小餐包 小餐包 32個 小餐包(備品) 2個	米漿 光泉米漿(1L) 5罐 熱量： 347大卡 醣類： 49.9 g 脂肪： 11.9 g 蛋白質： 10.6 g 膳食纖維： 1.5 g 鈉： 40.4mg 鈣： 7.2mg
11月19日 星期二 餐數 32	肉羹湯麵 油麵 2.5公斤 香菇絲(兩) 1兩 手工肉羹 0.5公斤 新鮮竹筍絲細 0.5公斤 蛋(春明) 0.5公斤 高麗菜 0.5公斤 木耳(切絲) 0.2公斤	蘿蔔糕 蘿蔔糕(1切10)片 32片 蘿蔔糕(1切10)備品(pc) 2片	紫菜蛋花湯 紫菜(兩) 1兩 蛋(春明) 0.5公斤 熱量： 426大卡 醣類： 67.6 g 脂肪： 9.4 g 蛋白質： 16.8 g 膳食纖維： 2.0 g 鈉： 264.6mg 鈣： 38.5mg
11月20日 星期三 餐數 32	香菇養生湯 溫體軟骨丁 0.5公斤 清雞肉丁 0.3公斤 濕香菇(QR) 0.2公斤 薑母 0.1公斤	草莓吐司 白吐司(24片) 2條 草莓果醬(260g)玻璃瓶 2罐 白吐司(12片) 1包	優酪乳 優酪乳(1L) 5瓶 熱量： 333大卡 醣類： 66.9 g 脂肪： 3.0 g 蛋白質： 10.3 g 膳食纖維： 3.6 g 鈉： 404.7mg 鈣： 119.4mg
11月21日 星期四 餐數 32	排骨粥 玉米粒罐牛(小-340g) 1罐 溫體排骨丁(肉)陸輝 0.5公斤 蛋(春明) 0.5公斤 吻仔魚 0.1公斤	雲吞湯麵 白油麵 1.5公斤 履歷小白菜 1公斤 手工扁食(1斤)包 1包	熱量： 189大卡 醣類： 22.1 g 脂肪： 6.7 g 蛋白質： 9.9 g 膳食纖維： 1.7 g 鈉： 219.2mg 鈣： 56.0mg
11月22日 星期五 餐數 32	刈包 刈包(小)(43g) 32個 五香豆干(片) 2片 刈包(小)(43g)(備品) 2個 溫體肉片(小) 1公斤 綜合粉(0.3K/包) 1包 酸菜絲 0.2公斤	水煮玉米 黃玉米條(大)去葉 16條 黃玉米條(大)去葉(備品) 1條	熱量： 308大卡 醣類： 42.9 g 脂肪： 9.3 g 蛋白質： 15.5 g 膳食纖維： 5.4 g 鈉： 255.3mg 鈣： 23.9mg

*本園一律使用國產豬肉食材(豬肉可食部)原料原產地皆為台灣

營養師：營養師張瀚文

午餐秘書：

教師兼任 幼兒園主任 陳雅婷

校長：

江坤銘