

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 114學年度第1學期第1週午餐菜單

菜單組成(單位: g) 及 材料用量

2車

日期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	營養分析
9月1日 星期一	白米飯(先送)	瓜仔雞丁 雞丁(國產)(QR) 3 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.6 公斤 花瓜 0.3 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	洋蔥炒蛋 蛋 2 公斤 洋蔥(切絲) 1.5 公斤	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 2.5 公斤 蝦米(兩) 1 兩 蒜仁一週用量(0.3K/包) 1 包 薑片(0.3K)一週量 1 包 冷凍蔥花(一週用) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	和風味噌湯 海帶芽(乾)兩 1 兩 味噌(K) 0.3 公斤		全穀雜糧類 4.7份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.0份 蔬菜類 1.4份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.4份 熱量： 697大卡
9月2日 星期二	糙米飯	家常滷肉 溫體肉丁(忠華)(臺灣) 2.5 公斤 非基改油蔴丁(榮洲) 0.8 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	香炒寬粉 高麗菜(切實重) 1.2 公斤 寬粉(K) 0.6 公斤 木耳(切絲) 0.2 公斤 溫體絞肉(忠華) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	炒大白菜 大白菜(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	菜頭大骨湯 菜頭(切中丁) 1.5 公斤 大骨(CAS) 0.3 公斤	水果	全穀雜糧類 5.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.6份 蔬菜類 1.4份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 730大卡
9月3日 星期三	油麵(4.5K南)	什錦炒肉絲 高麗菜(切實重) 1.5 公斤 溫體肉絲(忠華) 1.2 公斤 香菇絲(兩) 1 兩 紅蘿蔔(切絲) 0.3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	麥克雞塊(*2) 麥克雞塊(CAS)(K) 2.5 公斤	鐵板銀芽 豆芽菜 2.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 韭菜(1.8K/把) 0.1 把 碎蒜(0.3K/包) 0 包	酸辣湯 封口豆腐(1.2K)非基改系列 1 盒 豬血(切絲) 0.5 公斤 新鮮竹筍絲 0.3 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 蛋 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤		全穀雜糧類 2.4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 0.2份 熱量： 435大卡
9月4日 星期四	小米飯	炸肉魚 肉魚(CAS) 41 尾 肉魚(CAS)備品 2 尾 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	冬瓜煨肉片 冬瓜(切中丁) 2.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.5 公斤 溫體肉片(小)忠華 0.5 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.2 公斤	炒有機青菜 有機青菜(9/5尚純-切實重) 3 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	玉米蛋花湯 蛋 0.8 公斤 玉米粒(QR-K) 0.5 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把	水果	全穀雜糧類 4.3份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.0份 蔬菜類 1.5份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 1.6份 熱量： 696大卡
9月5日 星期五	白米飯	滷雞排 雞排(6)(QR) 41 片 雞排(6)(QR)備品 2 片 滷包(30g-小包) 1 包 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包	鮮筍炒肉末 新鮮竹筍絲粗 2 公斤 溫體絞肉(忠華) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	炒綠花椰菜 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	泰奶西米露 二砂台糖(1K/包) 1 包 煉乳(小)(375g) 1 罐 紅茶包小 1 包 西谷米 0.3 公斤		全穀雜糧類 5.1份 乳品類 0.1份 豆魚蛋肉類 2.1份 蔬菜類 1.3份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 652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：**秘書謝忠哲** 幼兒園主任：**教師兼任 廖如美** 校長：**校長陳良輔**

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：114：10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，對菜單上這些食材過敏者請注意。