

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 112學年度第1學期第11週菜單

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
11月6日 星期一	白米飯(先送)	紅燒排骨 小排骨(肉)陸輝 1.2 公斤 溫體肉丁(陸輝)(臺灣) 1.2 公斤 冬瓜(切中丁) 0.8 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.1 公斤 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	毛豆干丁 非基改小小豆干丁菜洲 1.8 公斤 毛豆仁(CAS)(1K/包) 0.3 公斤 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 0.1 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 薑絲(一週用量)(0.6K/包) 1 包 薑母(一週量) 0.6 公斤 木耳(切絲) 0.05 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.05 公斤	紫菜針菇湯 紫菜(兩) 1 兩 金針菇(QR) 0.6 公斤	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 1.0份 油脂與堅果種子類 3.0份 熱量： 764大卡
11月7日 星期二	糙米飯	蒜炒雞丁 骨腿丁(CAS) 3 公斤 非基改小小豆干(1/4菜洲) 0.8 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	白菜滷 大白菜(切實重) 2.3 公斤 蝦米(兩) 1 兩 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 0.3 公斤 金針菇(QR) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	炒青江菜 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	榨菜肉絲湯 榨菜絲-不辣 0.6 公斤 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 0.3 公斤	水果	全穀雜糧類 5.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.3份 蔬菜類 1.6份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.2份 熱量： 830大卡
11月8日 星期三	白米飯	港式肉絲炒飯 香菇絲(兩) 1 兩 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 0.8 公斤 高麗菜(切絲) 0.6 公斤 豆芽菜 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	香香雞米花 雞米花(CAS) 2.5 公斤	炒有機空心菜 有機空心菜(義庄)(切實重) 3 公斤 碎蒜(0.6K/包) 0 包	菜頭大骨湯 菜頭(切中丁) 1.3 公斤 香菜150g/把 0.5 把 冷凍黃玉米塊(QR) 0.3 公斤 大骨(CAS) 0.2 公斤	水果	全穀雜糧類 5.5份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.4份 蔬菜類 1.5份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.2份 熱量： 760大卡
11月9日 星期四	五穀米飯	泰式酸甜魚丁 鯰魚丁(QR)(K) 3 公斤 泰式酸辣醬(900g) 1 罐 洋蔥(切中丁) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤 香菜(150g/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包 薑絲0.6K/包 0 包	冬瓜什錦 冬瓜(切中丁) 1.8 公斤 手工肉羹(台灣) 0.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 0.2 公斤 薑片(0.3K) 0 包	炒蚵白菜 蚵白菜(切實重) 3 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	絲滑豆腐湯 封口豆腐(1.2K)非基因萊洲 1 盒 鴻喜菇(QR) 0.3 公斤 龍骨丁(CAS) 0.3 公斤	水果	全穀雜糧類 5.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.3份 蔬菜類 1.6份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 2.2份 熱量： 717大卡
11月10日 星期五	白米飯	東坡扣肉(筍干先送) 溫體肉丁(福裕) 2.5 公斤 筍干(切) 0.8 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	洋蔥炒菇菇 杏鮑菇(頭)(QR) 1.5 公斤 洋蔥(切絲) 1.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	炒油菜 油菜(切實重) 3 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	高纖山粉圓 二砂(1斤/包) 1 包 冬瓜塊小(0.6K/塊) 1 塊 山粉圓 0.3 公斤	水果	全穀雜糧類 4.9份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.8份 蔬菜類 1.8份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 1.8份 熱量： 793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：

營養師張曉芸

午餐秘書：

午餐秘書 謝忠哲

幼兒園主任：

教師兼任陳雅婷
幼兒園主任

校長

漳興國小 江坤銘
校長