

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 114學年度第1學期第15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
12月8日 星期一	白米飯(先送)	鐵板雞丁 雞丁(國產)(QR) 3 公斤 洋芋(切中丁) 1 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.2 公斤 黑胡椒粒(自備) 0 自備 蔥(0.5K/把) 0 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	蒸水餃(*2) 熟水餃(奇美CAS)(190粒/包) 1 包 *請跟國小拿取	炒履歷油菜 履歷油菜(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	柴魚鮮蔬湯 高麗菜(切絲) 1 公斤 溫體肉絲(忠華) 0.2 公斤 金針菇(QR) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤 柴魚片小(300g) 0 包		全穀雜糧類 5.3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 2.5份 熱量： 701大卡
12月9日 星期二	小米飯	醬燒豬肉片 溫體肉片(忠華) 2.5 公斤 非基改豆干片(榮洲) 1.2 公斤 味噌(K) 0.5 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	玉米燴魚丸 玉米粒(QR-K) 2 公斤 虱目魚丸(CAS)(小) 0.5 公斤 毛豆仁(冷凍) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 0.2 公斤	炒履歷蚵白菜 履歷蚵白菜(切實重) 2.5 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	海芽蛋花湯 海帶芽(乾)(兩) 1 兩 蛋 0.5 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	水果	全穀雜糧類 5.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.7份 蔬菜類 0.6份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 0.0份 熱量： 684大卡
12月10日 星期三	米粉(粗2K)	古早味米粉湯 溫體肉絲(忠華) 1.2 公斤 豆芽菜 1.2 公斤 香菇絲(兩) 1 兩 冬蝦(兩) 1 兩 紅蘿蔔(切絲) 0.5 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把 油蔥酥(大-600g) 0 包	山東滷味燙 蒜苗(切段)(國產)(QR) 1.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 1 公斤 滷包小(30g)(小包) 1 包 海帶結 0.5 公斤 貢丸(小)(國產) 0.5 公斤	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	豬肉餡餅 熟豬肉餡餅(60g)(CAS)粒 44 粒 熟豬肉餡餅(60g)(CAS)粒 2 粒	二月獎勵金豆奶	全穀雜糧類 2.3份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.6份 蔬菜類 1.3份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 4.0份 熱量： 644大卡
12月11日 星期四	胚芽米飯	香酥虱目魚排 虱目魚排CAS(50G) 44 片 虱目魚排CAS(50G) 2 片	家常豆腐煲 封口豆腐(1.2K)非基改黃豆 2 盒 溫體絞肉(忠華) 0.5 公斤 洋蔥(切小丁) 0.2 公斤 鴻喜菇(QR) 0.2 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把	炒有機味美菜 有機味美菜(尚純)(切) 2.5 公斤 碎蒜(0.3K/包) 0 包	蘿蔔昆布湯 菜頭(切中丁) 1.2 公斤 海帶結 0.5 公斤 溫體大骨(忠華) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0.2 公斤 先送 綠豆 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 2.1份 蔬菜類 1.0份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 0.0份 熱量： 586大卡
12月12日 星期五	白米飯	乾鍋燒鴨 鴨丁(有肉)QR 3 公斤 九層塔(兩) 1 兩 杏鮑菇頭(切中丁) 0.8 公斤 薑片(0.3K) 0 包	洋蔥培根炒蛋 蛋 2.5 公斤 洋蔥(切中丁) 1 公斤 碎培根(津谷)CAS 0.5 公斤 蔥(0.5K/把) 0 把	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 3 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	燒仙草 燒仙草原汁(5K/桶裝) 1 桶 二砂台糖(1K/包) 1 包 大粉圓 0.5 公斤 綠豆 0.5 公斤 *請跟國小拿取		全穀雜糧類 5.6份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.0份 蔬菜類 1.1份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 0.8份 熱量： 606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** 午餐秘書：**謝忠哲** 幼兒園主任：**廖如美** 校長：**陳良綱**
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：花生、芝麻、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，對菜單上上述食材過敏者，請向學校保健室索取過敏原標示表。