

南投縣南投市漳興國小附設幼兒園 114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24日星期一	清粥小菜	水果	甜蜜蜜美式鬆餅	麥茶	熱量： 693大卡 醣類： 109.3 g 脂肪： 19.1 g 蛋白質： 22.3 g 膳食纖維： 1.4 g 鈉： 594.8mg 鈣： 78.5mg
餐數 35	新東陽肉鬆(270g) 3罐 花生麵筋罐(小) 3罐 高麗菜 1.5公斤 蛋 1.2公斤 蕃薯(幼) 0.5公斤	水果 34份	蛋 1.6公斤 二砂台糖(1K/包) 1包 蜂蜜(600g) 1罐 鬆餅粉(小包1000g) 1包	二砂(1斤/包) 1包 麥茶包(0.3K/包) 1包	
11月25日星期二	蘿蔔糕湯		杯子蛋糕	優酪乳	熱量： 397大卡 醣類： 56.6 g 脂肪： 14.5 g 蛋白質： 11.4 g 膳食纖維： 1.4 g 鈉： 198.1mg 鈣： 127.2mg
餐數 35	蘿蔔糕(1切10)條 2條 履歷小白菜 0.5公斤 溫體肉絲(忠華) 0.3公斤 濕香菇(QR) 0.3公斤 木耳(切絲)(QR) 0.1公斤		杯子蛋糕 35個 杯子蛋糕(備品) 2個	優酪乳(1L) 6瓶	
11月26日星期三	肉臊陽春麵	水果	珍珠豆花		熱量： 495大卡 醣類： 99.9 g 脂肪： 3.9 g 蛋白質： 14.7 g 膳食纖維： 1.4 g 鈉： 191.2mg 鈣： 27.1mg
餐數 35	陽春麵 2.5公斤 溫體絞肉(忠華) 0.5公斤 高麗菜 0.5公斤 魚板 0.3公斤 紅蘿蔔 0.2公斤	水果 34份	二砂(1斤/包) 1包 熟花豆(小包)-300g 1包 豆花(2K/桶)榮洲 1桶 小粉圓 0.5公斤		
11月27日星期四	肉包	豆漿	大滷麵		熱量： 562大卡 醣類： 94.0 g 脂肪： 10.9 g 蛋白質： 21.7 g 膳食纖維： 7.3 g 鈉： 317.8mg 鈣： 47.3mg
餐數 35	肉包子(60g) 35個 肉包子(60g備品) 2個	光泉豆漿(936ml) 6瓶	油麵 2.5公斤 溫體肉絲(忠華) 0.5公斤 高麗菜 0.5公斤 木耳(切絲)(QR) 0.1公斤 紅蘿蔔 0.1公斤		
11月28日星期五	蔬菜煎餅	水果	芝麻包	米漿	熱量： 483大卡 醣類： 95.9 g 脂肪： 8.5 g 蛋白質： 12.0 g 膳食纖維： 2.5 g 鈉： 77.2mg 鈣： 31.7mg
餐數 35	中筋麵粉(K) 1公斤 玉米粒罐牛(小-340g) 1罐 蛋 0.6公斤 高麗菜 0.6公斤 紅蘿蔔 0.3公斤	水果 34份	芝麻包大奇美(65g) 35個 芝麻包大奇美(65g)備品 2個	光泉米漿(1L) 6罐	

*本園一律使用國產豬肉食材/豬肉可食部位原料原產地皆為台灣

營養師：

營養師張瀚文

午餐秘書

謝忠哲 1120
廖如美

校長：

陳良輔