

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 114學年度第1學期第17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22日 星期一	白米飯(先送)	香蔥油雞丁 骨腿丁(CAS) 3.5 公斤 脆筍片-(實重) 1 公斤 薑片(0.3K) 0 包 油蔥酥(大-600g) 0 包	玉米四寶 玉米粒(QR-K) 1.8 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 0.5 公斤 溫體絞肉(忠華) 0.5 公斤	炒履歷青江菜 履歷青江菜(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 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	紫菜魚丸湯 紫菜(兩) 1 兩 虱目魚丸(CAS) 0.6 公斤		全穀雜糧類 5.1份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.4份 蔬菜類 1.1份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 3.1份 熱量： 704大卡
12月23日 星期二	五穀米飯	三杯魚丁 水鯊魚丁(QR) 4 公斤 米血切丁(CAS) 1 公斤 九層塔(兩) 1 兩 蒜仁(0.3K/包) 0 包 薑片(0.3K) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	奶香白菜 大白菜(切實重) 2.5 公斤 溫體肉片(小)忠華 0.6 公斤 金針菇(QR) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.3 公斤 奶粉(K)(標示日期) 0.2 公斤	炒履歷萵苣 履歷大萵苣(兩兩重) 2.5 公斤 白精靈菇(QR) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	翡翠羹湯 翡翠羹(0.3K) 1 盒 蛋 0.6 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 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 2.1份 蔬菜類 1.4份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 1.8份 熱量： 719大卡
12月24日 星期三	紅麵線(1.5K)	麵線糊 蒜泥(0.3K/包) 1 包 手工肉羹(台灣) 1 公斤 脆筍絲 1 公斤 蝦米(兩) 1 兩 香菇絲(兩) 1 兩 香菜(150g/把) 0.5 把 木耳(切絲) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	茶香滷豆干 非基改黑豆干大丁(燕) 3 公斤 紅茶包小 1 包 滷包小(30g)(小包) 1 包	炒有機荷葉白菜 有機荷葉白菜(抽絲-切實重) 2.5 公斤	鮮肉包 鮮肉包大奇美(CAS60g) 45 個 鮮肉包大奇美(CAS60g)備品 2 個		全穀雜糧類 3.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.2份 蔬菜類 0.9份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 6.1份 熱量： 747大卡
行憲紀念日							全穀雜糧類 乳品類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 水果類 油脂與堅果種子類 熱量： #VALUE!
12月26日 星期五	黑芝麻飯	炙燒豬柳 溫體豬柳(忠華) 3 公斤 洋蔥(切絲) 1 公斤 白芝麻(熟)(兩) 1 兩 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 蒜仁(0.3K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	麻婆豆腐 封口豆腐(1.2K)非基改熟油 2 盒 溫體絞肉(忠華) 0.5 公斤 豆瓣醬大(3K) 0 桶	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	冬瓜粉圓 大粉圓 1 公斤 二砂(1斤/包) 1 包 冬瓜塊小(0.6K/塊) 1 塊		全穀雜糧類 5.1份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.8份 蔬菜類 1.0份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.2份 熱量： 691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：**營養師張瀚文** 午餐秘書：**秘書陳智培** 幼兒園主任：**廖如美** 校長：**陳良輔**
依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食品：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質的小麥及大豆，使用至幼兒適量。菜單如有使用上述食材，對菜單上述食材過敏者，請向幼兒園主任或營養師洽詢。
依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食品：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質的小麥及大豆，使用至幼兒適量。菜單如有使用上述食材，對菜單上述食材過敏者，請向幼兒園主任或營養師洽詢。

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 114學年度第1學期第17週午餐菜單

承富鐵業股份有限公司 電話：04-8831965 傳真：04-8832612

12月22日			12月23日			12月24日			12月26日		
45人			45人			45人			45人		
星期一			星期二			星期三			星期五		
項目	人數		主餐	人數		主餐	人數		主餐	人數	
	主餐	菜名		主餐	菜名		主餐	菜名		主餐	菜名
主菜	白米飯(先送)	食材	數量	個/重量	食材	數量	個/重量	食材	數量	個/重量	
		雞腿丁(CMS)	3.5 公斤	77.78	水餃魚丁(QR)	4 公斤	88.89	蒜泥(0.3K/包)	1 包	6.67	
		脆筒片-(實重)	1.0 公斤	22.22	赤血切丁(CMS)	1 公斤	22.22	手工肉羹(台灣)	1 公斤	22.22	
		雞片(0.3K)	包		九層塔(兩)	1 兩	0.83	脆筍絲	1 公斤	22.22	
		油蔥酥(大-600g)	包		蒜仁(0.3K/包)	包		蝦米(兩)	1 兩	0.83	
香蔥油雞丁					雞片(0.3K)	包		蔥綠	1 兩	0.73	
					蔥(0.5K/把)	把		香菜(150g/把)	0.5 把	2.22	
								木耳(切絲)	0.2 公斤	4.44	
								非油炸黑豆干(大丁深洲)(K)	3 公斤	66.67	
								紅茶色小	1 包	1.67	
副菜	玉米四寶	玉米粒(QR-K)	1.8 公斤	40	大白菜(切實重)	2.5 公斤	55.56	茶香滷豆干	1 包	0.89	
		三色豆(CMS-1K/包)	0.5 公斤	11.11	溫體肉片(小)忠華	0.6 公斤	13.33	滷包小磨坊(30g)(小包)	1 包	0.89	
		溫體絞肉(忠華)	0.5 公斤	11.11	金針菇(QR)	0.5 公斤	11.11				
					紅蘿蔔(切絲)	0.3 公斤	6.67				
					切粉(K)(標示日期)	0.2 公斤	4.44				
副菜	炒鳳凰江菜	鳳凰青江菜(切實重)	2.5 公斤	55.56	炒有機荷葉白菜	2.5 公斤	55.56	麻婆豆腐			
		蒜仁一週用量(0.3K/包)	1.0 包	6.67	白粉麵絲(QR)	0.1 公斤	2.22	高麗菜(切實重)	3 公斤	66.67	
		蔥(0.5K/把)(一週用量)	0.5 把	5.56	筍絲(0.5K/包)	包		蝦米(兩)	1 兩	0.83	
		薑絲(一週用量)(0.5K/包)	0.5 包	6.67				木耳(切絲)	0.1 公斤	2.22	
		紅蘿蔔(切絲)	0.1 公斤	2.22				紅蘿蔔(切絲)	0.1 公斤	2.22	
青菜											
湯	紫菜魚丸湯	紫菜(兩)	1.0 兩	0.83	鮮肉色大奇美(CMS60g)	45 個	65	大粉圓	1 公斤	22.22	
		虱目魚丸(CMS)	0.6 公斤	13.33	鮮肉色大奇美(CMS50g)雜品	2 個	2.89	二砂(斤/包)	1 包	13.33	
								冬瓜塊小(0.6K/塊)	1 塊	13.33	
營養分析	熱量(大卡)	704	718.5	747	691						
		雞腿佔熱量比例(%)	47.7%	59.6%	27.0%	48.4%					
		蛋白質佔熱量比例(%)	16.3%	15.4%	16.0%	18.3%					
		脂肪佔熱量比例(%)	36.0%	25.0%	57.0%	33.4%					
		全穀雜糧類	5.1份	5.5份	3.0份	5.1份					
		乳品類	0.0份	0.0份	0.0份	0.0份					
		豆魚蛋肉類	2.4份	2.1份	3.2份	2.8份					
		蔬菜類	1.1份	1.4份	0.9份	1.0份					
		水果類	0.0份	1.0份	0.0份	0.0份					
		油脂與堅果種子類	3.1份	1.8份	6.1份	2.2份					

食譜設計：	午餐給書：	營養師張潮人	營養師張潮人
※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣		主任：	營養師張智培
		代理營養師：	營養師張皓翔
		校長：	南陽縣政府副秘書長 白志上

依據生補劑部公告「食品添加物原標規定」，易引起過敏的食物，如：甲殼類、牛奶、羊肉、蛋、含穀質之穀物、大豆、使用時請依標籤等及其製品。菜單如有使用以上成分者，請注意。