

1001** 南投縣漳興國民小學附設幼兒園 112學年度第2學期第2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
2月19日 星期一	白米飯(先送)	瓜仔肉燥 溫體絞肉(福裕) 2.5 公斤 油蔥酥(小-300g) 1 包 菜頭(切中丁) 1 公斤 碎瓜 0.5 公斤 碎蒜(0.6K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	什錦白菜 大白菜(切實重) 2.5 公斤 蝦米(兩) 1 兩 溫體肉絲(福裕) 0.5 公斤 金針菇(QR) 0.3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	炒萵苣 開腔大陸妹(萵苣莖)(切實重) 2.5 公斤 蒜仁一週用量(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把)(一週用量) 1 把 薑母(一週量) 0.6 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	冬瓜雞湯 冬瓜(切中丁) 1.5 公斤 上雞胸丁(CAS) 0.5 公斤 薑母 0 公斤		全穀雜糧類 6.7份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 0.8份 蔬菜類 2.3份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.4份 熱量： 701大卡
2月20日 星期二	五穀米飯	南蠻漬雞丁 骨腿丁(CAS) 3 公斤 洋蔥(切大丁) 1 公斤 鴻喜菇(QR) 0.2 公斤 蒜仁(0.6K/包) 0 包 蔥(0.5K/把) 0 把	螞蟻上樹 豆芽菜 1.5 公斤 冬粉(K) 0.6 公斤 溫體絞肉(福裕) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤	炒油菜 油菜(切實重) 2.5 公斤 金針菇(QR) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	酸菜豬血湯 豬血(切丁) 1.2 公斤 酸菜絲 0.5 公斤 韭菜(切末) 0.1 公斤 油蔥酥(庫存) 0 庫存		全穀雜糧類 4.1份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.1份 蔬菜類 1.5份 水果類 0.2份 油脂與堅果種子類 1.2份 熱量： 546大卡
2月21日 星期三	米粉(粗)(X)	海鮮米粉湯 高麗菜(切實重) 1.5 公斤 生鮮魷魚圈(CAS) 1.2 公斤 冬蝦(兩) 1 兩 香菇絲(兩) 1 兩 紅蘿蔔(切絲) 0.5 公斤 蒜仁(0.6K/包) 0.5 包 蔥(0.5K/把) 0.5 把 芹菜 0.1公斤 油蔥酥(庫存)	山東滷味燙 非基改黑豆干(榮洲)(K) 1.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 1 公斤 滷包小磨坊(30g)(小包) 1 包 海帶結 0.5 公斤 貢丸(小)(國產) 0.5 公斤	炒有機青松菜 有機青松菜(順)(切實重) 2.5 公斤 碎蒜(0.6K/包) 0 包	鮮肉包 鮮肉包小(奇美) 45 個 鮮肉包小(奇美)備品 3 個	鮮奶(45+2備)	全穀雜糧類 2.8份 乳品類 0.8份 豆魚蛋肉類 1.4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： 714大卡
2月22日 星期四	燕麥飯	香酥旗魚排 旗魚排(QR)安 45 片 旗魚排(QR)(安)備品 2 片	鮮菇拌青花 冷凍綠花椰菜(CAS) 3 公斤 美白菇(QR) 0.5 公斤 鴻喜菇(QR) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切片) 0.2 公斤	炒菠菜 菠菜(切實重) 3 公斤 碎蒜(0.6K/包) 0.5 包	味噌海芽湯 海帶芽(乾)兩 1 兩 味噌(K) 0.5 公斤	水果	全穀雜糧類 5.4份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 1.7份 蔬菜類 1.7份 水果類 0.2份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 659大卡
2月23日 星期五	白米飯	阿嬤滷肉 溫體肉丁(福裕) 2.5 公斤 非基改三角油腐丁(榮洲) 0.8 公斤 蔥(0.5K/把) 0.5 把 蒜仁(0.6K/包) 0 包	蒸蛋 蛋(春明) 2 公斤 玻璃紙 1 張	炒蚵白菜 蚵白菜(切實重) 2.5 公斤 木耳(切絲) 0.1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	銀耳地瓜湯 二砂(1斤/包) 2 包 白木耳(兩) 1 兩 大粉圓 0.6 公斤 蕃薯(切中丁) 0.6 公斤		全穀雜糧類 5.8份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.9份 蔬菜類 0.6份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.0份 熱量： 840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 **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**