

彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 114學年度第二學期第10週食譜設計

材料用量

日期	早點	午點	營養分析	
4 月 13 日 星 期 一	味噌烏龍麵 小烏龍麵(盛家) 1.2Kg 味噌(140g*包) 1包 前腿肉絲*米迪M 0.2Kg 高麗菜(切片) 0.2Kg 胡蘿蔔 0.1Kg	克立姆餐包 小克林姆餐包(約35g*陳義) 25個	低糖豆漿 低糖豆漿(936ml*光泉) 3罐	熱量： 307大卡 醣類： 46.5 g 脂肪： 8.5 g 蛋白質： 11.8 g 膳食纖維： 0.2 g 鈉： 4.4mg 鈣： 5.4mg
餐數 23				
4 月 14 日 星 期 二	珍珠丸子 白珍珠丸(個) 25個 紫米珍珠丸(個) 25個	海芽豆腐湯 中華豆腐(300g) 2盒 乾海芽(兩) 1兩	地瓜QQ湯 地瓜 0.6Kg QQ 0.4Kg	熱量： 222大卡 醣類： 26.7 g 脂肪： 8.9 g 蛋白質： 8.8 g 膳食纖維： 1.4 g 鈉： 190.8mg 鈣： 14.3mg
餐數 23				
4 月 15 日 星 期 三	清燉雞湯麵線 骨腿(骨腿丁) 2Kg 枸杞(兩) 1兩 紅棗(兩) 1兩 薑片(兩) 1兩 白麵線 0.9Kg	冰心地瓜 履歷冰心地瓜(條格) 30條	麥茶 麥茶(60g*包) 1包	熱量： 329大卡 醣類： 42.3 g 脂肪： 8.2 g 蛋白質： 21.3 g 膳食纖維： 0.6 g 鈉： 1100.5mg 鈣： 9.3mg
餐數 23				
4 月 16 日 星 期 四	小奶黃包 小奶黃包(32g*南山) 25個	青菜蛋花湯 大白菜 0.5Kg 雞蛋(kg)G 0.2Kg	綠豆沙牛奶 全脂鮮乳(老媽936) 3瓶 二砂糖(1Kg*包) 1包 綠豆O 0.5Kg	熱量： 359大卡 醣類： 67.2 g 脂肪： 6.0 g 蛋白質： 11.3 g 膳食纖維： 2.5 g 鈉： 84.6mg 鈣： 168.5mg
餐數 23				
4 月 17 日 星 期 五	清粥小菜 花生麵筋(170g) 1罐 雞蛋(kg)G 0.5Kg 肉鬆(kg) 0.1Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1Kg	水果優格 福樂低脂優格蔓越莓 25個		熱量： 153大卡 醣類： 15.6 g 脂肪： 6.7 g 蛋白質： 7.9 g 膳食纖維： 0.3 g 鈉： 96.8mg 鈣： 10.2mg
餐數 23				

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

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(如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品。菜單如有使用上述食材，對菜單上述食材過敏者請注意。

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

設計：

午餐秘書：

校長：