

彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 114學年度第二學期第13週食譜設計-點

材料用量

日期	早點		午點		營養分析
5月4日星期一	時蔬餛飩湯 桂冠小雲吞(12粒/盒) 5盒 油蔥酥(兩) 1兩 高麗菜 0.5Kg 胡蘿蔔 0.2Kg		椰奶西米露 二砂糖(0.6K*包) 1包 都梁椰漿(400ml*罐) 1罐 地瓜(小丁) 0.3Kg 新鮮芋頭(小丁) 0.3Kg 西谷米 0.2Kg		熱量： 296大卡 醣類： 67.7 g 脂肪： 1.1 g 蛋白質： 5.2 g 膳食纖維： 1.0 g 鈉： 11.5mg 鈣： 19.2mg
餐數 23					
5月5日星期二	日式烏龍麵 小烏龍麵 1Kg 小白菜 0.3Kg 雞蛋(kg)G 0.3Kg 小貢丸(嘉楠) 0.2Kg 生香菇 0.1Kg 魚板片(國產) 0.1Kg		草莓餐包 小草莓餐包(35g*陳義發)備 25個	鮮奶 全脂鮮乳(老媽936) 3瓶	熱量： 321大卡 醣類： 37.5 g 脂肪： 13.6 g 蛋白質： 12.8 g 膳食纖維： 0.2 g 鈉： 86.4mg 鈣： 152.1mg
餐數 23					
5月6日星期三	鍋貼 煎熟鍋貼(28g*粒) 50粒	味噌豆腐蛋花湯 豆腐(1.2K*盒)L 1盒 味噌(140g*包) 1包 雞蛋(kg)G 0.3Kg	八寶豆花 熟八寶豆-300g/包 2包 二砂糖(1K*包) 1包 豆花(2K*榮)盒L 1盒		熱量： 450大卡 醣類： 75.1 g 脂肪： 10.0 g 蛋白質： 16.3 g 膳食纖維： 0.4 g 鈉： 32.2mg 鈣： 10.2mg
餐數 23					
5月7日星期四	美味吻魚粥 玉米粒(Q) 0.3Kg 高麗菜 0.2Kg 雞蛋(kg)G 0.2Kg 吻仔魚(KG***) 0.1Kg 胡蘿蔔 0.1Kg		水煮玉米 新鮮玉米(切1/2*條) 25條	薏仁漿 薏仁漿(家庭號*光泉) 2瓶	熱量： 60大卡 醣類： 9.1 g 脂肪： 1.5 g 蛋白質： 3.2 g 膳食纖維： 0.4 g 鈉： 44.9mg 鈣： 8.0mg
餐數 23					
5月8日星期五	清蒸肉圓 肉圓(50g*奇津) 25個	時蔬蛋花湯 大白菜 0.5Kg 雞蛋(kg)G 0.2Kg	北海道蛋糕 北海道蛋糕(詠) 25個	麥茶 麥茶(60g*包) 1包	熱量： 228大卡 醣類： 52.8 g 脂肪： 1.1 g 蛋白質： 2.3 g 膳食纖維： 0.0 g 鈉： 10.8mg 鈣： 2.3mg
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：