

彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 114學年度第二學期第16週食譜設計-點

材料用量

日期	早點	午點	營養分析
5月25日 星期一	芋頭香菇米粉湯 新鮮芋頭(大丁) 0.6Kg 米粉 0.5Kg 高麗菜 0.5Kg 前腿肉絲*米迪M 0.3Kg 生香菇(切) 0.2Kg	紅豆沙牛奶 全脂鮮乳(老媽936) 3瓶 紅豆O 0.5Kg	熱量： 273大卡 醣類： 44.6 g 脂肪： 5.3 g 蛋白質： 12.7 g 膳食纖維： 3.9 g 鈉： 119.9mg 鈣： 178.0mg
餐數 23			
5月26日 星期二	皮蛋瘦肉粥 皮蛋(個)G 4個 玉米粒(Q) 0.2Kg 豬絞肉(粗絞肉*米迪)M 0.2Kg 雞蛋(kg)G 0.2Kg	蛋塔 蛋塔(詠順) 25個	低糖豆漿 低糖豆漿(936ml*光泉) 3罐
餐數 23			熱量： 334大卡 醣類： 41.4 g 脂肪： 13.7 g 蛋白質： 11.8 g 膳食纖維： 0.1 g 鈉： 104.5mg 鈣： 4.8mg
5月27日 星期三	草莓吐司 白吐司(大)20片/條 1條 白吐司(小)10片/條 1條 草莓果醬(450g/罐) 1瓶	燕麥奶 桂格燕麥奶(920ml*瓶) 3瓶	檸檬愛玉 檸檬(國產) 2粒 二砂糖(1Kg*包) 1包 愛玉(2K*包)榮L 1包
餐數 23			熱量： 410大卡 醣類： 81.1 g 脂肪： 7.1 g 蛋白質： 7.3 g 膳食纖維： 1.1 g 鈉： 234.9mg 鈣： 146.4mg
5月28日 星期四	絲瓜肉絲麵線 絲瓜 1.2Kg 枸杞(兩) 1兩 薑絲(兩) 1兩 白麵線 0.8Kg 前腿肉絲*米迪M 0.4Kg	冰心地瓜 冰心地瓜(條) 30條	麥茶 麥茶(60g*包) 1包
餐數 23			熱量： 202大卡 醣類： 40.7 g 脂肪： 1.2 g 蛋白質： 8.4 g 膳食纖維： 0.7 g 鈉： 979.1mg 鈣： 12.2mg
5月29日 星期五	味噌烏龍麵 小烏龍麵 1.2Kg 味噌(140g*包) 1包 前腿肉絲*米迪M 0.3Kg 高麗菜(切片) 0.3Kg 胡蘿蔔 0.1Kg	草莓優格 福樂低脂草莓優格 25個	
餐數 23			熱量： 194大卡 醣類： 29.4 g 脂肪： 4.5 g 蛋白質： 9.8 g 膳食纖維： 0.3 g 鈉： 5.1mg 鈣： 7.6mg

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：