

Q003 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 114學年度第二學期第19週食譜設計

材料用量

C

		主菜	副菜	副菜	湯	營養分析
6月15日星期一	白米飯	蘑菇醬豬柳	小人蔘炒蛋	炒小白菜	白玉貢丸湯	水果 醃類： 84.3 g 脂肪： 27.5 g 蛋白質： 28.6 g 熱量： 665大卡
		豬柳*貴美M 1.5 Kg 蘑菇醬(300g*罐) 1 罐 豆干片*榮洲L 0.5 Kg 洋蔥(去皮) 0.3 Kg 胡蘿蔔(去皮) 0.2 Kg	雞蛋(kg)G 1.3 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.7 Kg	小白菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩	白蘿蔔(去皮-剖半) 0.8 Kg 中骨*陸輝 0.3 Kg 貢丸(切片*台灣) 0.3 Kg	
餐數	29					
6月16日星期二	糙米飯(0.2K)	香酥柳葉魚	麻婆豆腐	蒜香油菜	珍菇肉絲湯	水果 醃類： 94.9 g 脂肪： 3.1 g 蛋白質： 26.8 g 熱量： 522大卡
		裹粉柳葉魚(條) 58 條	豆瓣醬(哈哈*450g) 1 瓶 傳統豆腐(2k*盒)L 1 盒 粗絞肉*貴美M 0.3 Kg 三色豆(CAS) 0.1 Kg 洋蔥(去皮) 0.1 Kg	油菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩	肉絲*貴美M 0.3 Kg 金針菇 0.3 Kg 胡蘿蔔 0.1 Kg	
餐數	29					
6月17日星期三	白米飯	什錦肉羹飯	香Q滷蛋	爽口高麗菜		水果 醃類： 107.4 g 脂肪： 15.8 g 蛋白質： 24.4 g 熱量： 648大卡
		大白菜(剖半) 1.2 Kg 赤肉羹(裕興) 1.2 Kg 非基改豆皮(條) 1 條 雞蛋(kg)G 0.4 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.3 Kg 鮮筍(切絲) 0.2 Kg 木耳絲 0.1 Kg	滷蛋(粒) 31 個	高麗菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩 胡蘿蔔 0.1 Kg		
餐數	29					
6月18日星期四	芝麻飯	帶結滷肉	玉米蒸蛋	炒青江菜	南瓜養生湯	水果 醃類： 88.8 g 脂肪： 40.7 g 蛋白質： 29.8 g 熱量： 844大卡
		前腿肉丁*貴美M 1.5 Kg 海帶結 0.4 Kg 白蘿蔔 0.3 Kg	雞蛋(kg)G 1.3 Kg 玉米粒(Q) 0.3 Kg 生香菇 0.2 Kg	青江菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩	南瓜(剖半) 1 Kg 薑絲(兩) 1 兩 雞蛋(kg)G 0.4 Kg	
餐數	29					

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/6/15

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

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。

食譜設計小組：

午餐秘書：

校長：

彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 114學年度第二學期第19週食譜設計-點

材料用量

日期	早點		午點		營養分析
6月15日星期一	什錦鍋燒麵		紅豆麵包	低糖豆漿	熱量： 271大卡 醣類： 40.6 g 脂肪： 6.5 g 蛋白質： 13.2 g 膳食纖維： 0.5 g 鈉： 14.7mg
餐數	23				
6月16日星期二	鮮菇滑蛋粥		黑糖珍珠撞奶		熱量： 243大卡 醣類： 36.5 g 脂肪： 6.3 g 蛋白質： 11.3 g 膳食纖維： 0.3 g 鈉： 76.6mg
餐數	23				
6月17日星期三	蕃茄排骨麵		清蒸肉圓	時蔬蛋花湯	熱量： 230大卡 醣類： 41.1 g 脂肪： 3.8 g 蛋白質： 8.5 g 膳食纖維： 0.6 g 鈉： 16.5mg
餐數	23				
6月18日星期四	香煎蘿蔔糕	蔬菜豆腐湯	原味奶酪		熱量： 273大卡 醣類： 42.7 g 脂肪： 9.1 g 蛋白質： 6.1 g 膳食纖維： 1.4 g 鈉： 231.9mg
餐數	23				
月					
日					

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：