

Q003 彰化縣大城鄉大城國小附設幼兒園 115學年度第一學期第5週食譜設計

材料用量

C

		主 菜	副 菜	副 菜	湯		營養分析
9月29日星期二	白米飯	醬燒炒豬柳 豬柳*貴美M 1.5 Kg 豆干片*榮洲L 0.5 Kg 洋蔥(去皮) 0.3 Kg 胡蘿蔔(去皮) 0.2 Kg 青蔥 0.1 Kg	田園四喜 玉米粒(Q) 0.7 Kg 毛豆仁 0.3 Kg 馬鈴薯(小丁) 0.3 Kg 粗絞肉*貴美M 0.3 Kg 胡蘿蔔(小丁) 0.2 Kg	炒青江菜 青江菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩	白玉貢丸湯 白蘿蔔(去皮-剖半) 1 Kg 貢丸(切片*台灣) 0.3 Kg 中骨*陸輝 0.2 Kg	肚臍橙	醣類： 94.5 g 脂肪： 14.0 g 蛋白質： 33.3 g 熱量： 645大卡
餐數 27							
9月30日星期三	白油麵(3K)	擔擔炸醬麵 豆瓣醬(哈哈*450g) 1 瓶 非基改甜麵醬(150g)N 1 包 粗絞肉*貴美M 0.8 Kg 碎豆干丁*榮洲L 0.5 Kg 小黃瓜 0.2 Kg 洋蔥(去皮) 0.2 Kg 胡蘿蔔(去皮) 0.1 Kg	柴香烏龍米血 大溪黑豆干(切9丁*榮)L 1 Kg 滷包 1 個 米血切丁(CAS) 0.7 Kg	彩繪高麗菜 高麗菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩 胡蘿蔔 0.1 Kg	冬瓜排骨湯 冬瓜(去皮) 1 Kg 小排骨*米迪M 0.4 Kg	火龍果	醣類： 45.3 g 脂肪： 14.8 g 蛋白質： 34.1 g 熱量： 446大卡
餐數 27							
10月1日星期四	糙米飯(0.2K)	香酥魚塊 風味魚塊(條*海寶)Q 29 條	茄汁蛋豆腐 傳統豆腐(2k*盒)L 1 盒 牛蕃茄大顆(去蒂頭) 0.7 Kg 雞蛋(kg)G 0.4 Kg	蒜香油菜 油菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩	榨菜肉絲湯 肉絲*貴美M 0.4 Kg 中骨*陸輝 0.3 Kg 榨菜絲(醃) 0.2 Kg	蘋果	醣類： 91.4 g 脂肪： 4.0 g 蛋白質： 17.3 g 熱量： 479大卡
餐數 27							
10月2日星期五	白米飯	雙蔥燒雞 清雞肉丁(Q) 1.5 Kg 洋蔥(去皮) 0.5 Kg 胡蘿蔔 0.2 Kg 青蔥 0.1 Kg	茶碗蒸 雞蛋(kg)G 1.3 Kg 玉米粒(Q) 0.3 Kg 魚板絲(國產) 0.1 Kg	炒小白菜 小白菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩	筍片豆皮湯 非基改豆皮(條) 2 條 鮮筍(去殼) 1 Kg 大骨*米迪M 0.3 Kg	奇異果	醣類： 89.8 g 脂肪： 9.6 g 蛋白質： 30.7 g 熱量： 556大卡
餐數 27							

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/9/24

※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 115學年度第一學期第5週食譜設計

材料用量

日期	早點		午點		營養分析
月					
日					
9月29日 星期二	福州丸冬粉湯		金絲捲	低糖豆漿	熱量： 355大卡 醣類： 64.9 g 脂肪： 7.1 g 蛋白質： 11.5 g 膳食纖維： 0.0 g 鈉： 57.9mg
餐數 21	福州丸(個) 42個 芹菜(兩) 1兩 冬粉(Kg*小捆) 0.5Kg 白蘿蔔(去皮-剖半) 0.4Kg		小金絲捲(40g*粒) 23粒	低糖豆漿(936ml*光泉) 3罐	
9月30日 星期三	滑蛋鹹粥		綠豆沙牛奶		熱量： 408大卡 醣類： 72.7 g 脂肪： 7.6 g 蛋白質： 14.8 g 膳食纖維： 3.5 g 鈉： 88.0mg
餐數 21	高麗菜(剖半) 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.3Kg 雞蛋(kg)G 0.3Kg 生香菇 0.2Kg 胡蘿蔔 0.2Kg 粗絞肉*貴美M 0.2Kg		全脂鮮乳(老媽936) 3瓶 二砂糖(1Kg*包) 1包 綠豆O 0.5Kg		
10月1日 星期四	清燉雞湯麵線		粉圓豆花		熱量： 419大卡 醣類： 80.7 g 脂肪： 5.4 g 蛋白質： 14.1 g 膳食纖維： 0.5 g 鈉： 751.1mg
餐數 21	骨腿(骨腿丁) 1.7Kg 枸杞(兩) 1兩 紅棗(兩) 1兩 薑片(兩) 1兩 白麵線 0.5Kg		二砂糖(1Kg*包) 1包 豆花(2K*榮)盒L 1盒 粉圓 0.4Kg		
10月2日 星期五	鍋燒雞絲麵		蘋果派	燕麥奶	熱量： 358大卡 醣類： 43.6 g 脂肪： 14.4 g 蛋白質： 14.2 g 膳食纖維： 1.0 g 鈉： 780.5mg
餐數 21	雞絲麵(粒) 12粒 柴魚片(10g/包) 2包 高麗菜(剖半) 0.5Kg 小魚丸 0.3Kg 雞蛋(kg)G 0.3Kg 鴻喜菇 0.2Kg		蘋果派(國產) 23條	桂格燕麥奶(920ml*瓶) 3瓶	

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：