

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9週食譜設計

材料用量

C

		主 菜	副 菜	副 菜	湯		營養分析
10月27日星期二	白米飯	麻油松阪豬 肉片*貴美M 1.5 Kg 高麗菜(剖半) 0.8 Kg 胡蘿蔔 0.3 Kg	家常豆腐 青蔥(兩) 1 兩 傳統豆腐(2k*盒)L 1 盒 粗絞肉*貴美M 0.3 Kg 洋蔥(去皮) 0.2 Kg 三色豆(CAS) 0.1 Kg	炒蚵白菜 蚵仔白菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩	玉米蛋花湯 玉米粒(Q) 0.5 Kg 雞蛋(kg)G 0.3 Kg	柳丁	醃類： 91.2 g 脂肪： 10.3 g 蛋白質： 26.6 g 熱量： 575大卡
餐數 29							
10月28日星期三	紅麵線(0.8K)	台式漢堡包 鮮奶刈包(45g/南山) 31 個 花生粉(KG) 0.1 Kg	里肌排 鐵路豬排(高鐵里肌) 31 片	爽口高麗菜 高麗菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩	麵線糊 赤肉羹(裕興) 1 Kg 油蔥酥(120g) 1 包 乾香菇絲(兩) 1 兩 雞蛋(kg)G 0.3 Kg 金針菇 0.2 Kg 木耳絲 0.1 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1 Kg	火龍果	醃類： 64.3 g 脂肪： 19.8 g 蛋白質： 32.2 g 熱量： 563大卡
餐數 29							
10月29日星期四	五穀飯(0.2K)	和風雞排 和風雞排(90入*吉) 31 片	金沙豆腐 鹹蛋(個)G 6 個 傳統豆腐(2k*盒)L 1 盒	蒜香油菜 油菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩 胡蘿蔔 0.1 Kg	南瓜排骨湯 南瓜(去皮) 1 Kg 中骨*陸輝 0.3 Kg 金針菇 0.2 Kg	橘子	醃類： 108.6 g 脂肪： 8.0 g 蛋白質： 19.0 g 熱量： 587大卡
餐數 29							
10月30日星期五	地瓜飯(地瓜0.5K)	夏日梅香雞 清雞肉丁 1.5 Kg 洋蔥(去皮) 0.5 Kg 紫蘇梅 0.2 Kg	青蔥碎脯蛋 雞蛋(kg)G 1.5 Kg 碎脯 0.2 Kg 青蔥(珠) 0.1 Kg	炒青江菜 青江菜 1.5 Kg 蒜末(兩) 1 兩 胡蘿蔔 0.1 Kg	菇菇湯 秀珍菇 0.4 Kg 雞蛋(kg)G 0.4 Kg 中骨*陸輝 0.3 Kg	芭樂	醃類： 90.8 g 脂肪： 10.2 g 蛋白質： 30.2 g 熱量： 567大卡
餐數 29							

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/10/27

※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9週食譜設計-點

材料用量

日期	早點	午點	營養分析
月 日			
餐數 23			
10月27日 星期二	客家鹹湯圓 桂冠紅白小湯圓(0.6k) 2包 油蔥酥(兩) 1兩 乾香菇絲(兩) 1兩 粗絞肉*貴美M 0.3Kg 豆芽菜 0.2Kg	鮮奶玉米脆片 玉米脆片(原味) 3盒 全脂鮮乳(老媽936) 3瓶	熱量： 701大卡 醣類： 126.1 g 脂肪： 12.1 g 蛋白質： 20.2 g 膳食纖維： 0.4 g 鈉： 57.1mg
餐數 23			
10月28日 星期三	菇菇雞湯麵 小烏龍麵 1.3Kg 乾香菇朵(兩) 1兩 薑片(兩) 1兩 高麗菜(剖半) 0.6Kg 清雞肉丁 0.6Kg 鴻喜菇 0.2Kg	地瓜芋圓甜湯 芋圓(600g*包) 1包 地瓜 0.4Kg 綠豆O 0.3Kg	熱量： 230大卡 醣類： 41.7 g 脂肪： 2.8 g 蛋白質： 12.6 g 膳食纖維： 2.5 g 鈉： 22.4mg
餐數 23			
10月29日 星期四	玉米芙蓉粥 高麗菜(剖半) 0.5Kg 清雞肉丁 0.5Kg 玉米粒(Q) 0.3Kg 雞蛋(kg)G 0.2Kg 胡蘿蔔 0.1Kg	肉鬆餐包 小肉鬆餐包(35g*陳義發) 25個	熱量： 192大卡 醣類： 22.6 g 脂肪： 8.4 g 蛋白質： 8.9 g 膳食纖維： 0.6 g 鈉： 28.6mg
餐數 23			
10月30日 星期五	蛋花湯餃 熟水餃(個*奇美味你好) 75個 小白菜 0.4Kg 雞蛋(kg)G 0.2Kg	中華豆花 中華豆花(150g*花生) 25盒	熱量： 131大卡 醣類： 13.9 g 脂肪： 6.0 g 蛋白質： 5.6 g 膳食纖維： 0.3 g 鈉： 60.2mg
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：